

Nudelsuppe mit asiatischer Würzpaste

Zutaten für die Würzpaste (für 1 Glas):

- 1 Knolle frischer Knoblauch
- 2 große Zwiebeln
- 1 Stück Ingwer
- Pflanzenöl
- 2 EL brauner Zucker
- 2 EL Sojasoße
- 2 EL Fischsoße
- 2 EL Balsamico
- 2 EL Chili-Gewürzsoße
- oder: Ketchup
- 250 ml passierte Tomaten
- 1 Sternanis

Grundlage für die Nudelsuppe ist eine Gewürzpaste. Am besten in größeren Mengen herstellen, da sie im Kühlschrank über Wochen haltbar ist und sich auch gut als Gewürzbasis für andere Gerichte eignet.

Knoblauch, Ingwer und Zwiebeln schälen und grob würfeln. In einem Blitzhacker zerkleinern. Pflanzenöl in einer hohen Pfanne erhitzen und die Masse darin anschwitzen. Dabei den Zucker unterrühren und alles leicht karamellisieren.

Die Hitze reduzieren, dann Sojasoße, Fischsoße, Balsamico, Chilisoße oder Ketchup dazugeben. Die passierten Tomaten und Sternanis hinzufügen. 20-30 Minuten bei mäßiger Hitze einkochen lassen, bis die Feuchtigkeit verdunstet und eine cremige Masse entstanden ist.

Die Gewürzpaste gegebenenfalls nochmals mit Zucker oder pikanten Gewürzen abschmecken, dann auskühlen lassen. In 1 Schraubglas füllen und nach Bedarf verwenden.

Zutaten für die Suppe (nach Belieben):

- asiatische Instant-Nudeln
- Pilze
- gegarte Hähnchenbrust
- oder: Sojahack
- Möhren
- Lauchzwiebeln
- TK- Erbsen
- Brokkoli
- frischer Koriander
- Limettensaft

Für eine schnelle Suppe am Abend oder "to go" die Zutaten am Morgen oder Vortag vorbereiten. Dafür eignen sich Gemüse mit kurzer Garzeit, wie beispielsweise dünn geschnittene Möhren, Frühlingszwiebeln oder Brokkoli. Das Gemüse in feine Streifen hobeln oder in Stücke teilen.

Andere Zutaten wie Hähnchen, veganer Fleischersatz oder Pilze (z.B. Shiitake oder Champignons) vorher braten und nach Geschmack würzen. Als Einlage eignen sich auch tiefgekühlte und vorgegarte Zutaten wie Erbsen oder Bohnen. Hartgekochte Eier können ebenfalls hinzugefügt werden.

Pro Suppe 1 oder 2 EL Gewürzpaste in ein Einmachglas oder einen anderen feuerfesten Behälter füllen. Instant-Nudeln oder

vorgegarte Nudeln und die weiteren vorbereiteten Zutaten nach Belieben hinzufügen. Glas verschließen und zu Hause oder am Arbeitsplatz in den Kühlschrank stellen. Für die Zubereitung einfach kochendes Wasser in das Glas füllen, umrühren und alles einige Minuten ziehen lassen.

Wer mag, kann die Suppe mit Kräutern wie Koriander oder Limetten- oder Zitronensaft verfeinern.

Sendung/Quelle: Schmeckt. Immer.

Sendetermin: 12.11.2023

Koch/Köchin: Zora Klipp

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen