

Ramen-Suppe mit Grünkohl und Ei

Zutaten (für 4 Personen):

- 250 g Grünkohl
- 3 Hühnerkeulen
- 1 Packung Ramen-Nudeln
- alternativ: andere Nudeln
- 4 Eier
- 50 g Shiitake-Pilze
- 2 Möhren
- 1/3 Knolle Sellerie
- ½ Gemüsezwiebel
- 1 Zehe Knoblauch
- 80-100 ml salzreduzierte Sojasoße
- 4 EL Mirin
- 4-6 EL Reissessig
- 1 TL Honig
- 1 kleines Stück Ingwer
- 1 Chili
- 1 Handvoll Erdnüsse
- 1-2 TL Sesam
- 1 Bund Koriander
- ein paar Tropfen Sesamöl

Etwa 1 l Wasser in einem großen Topf aufsetzen, die Hühnerkeulen pur in das noch kalte Wasser legen. 50 ml Sojasoße, Mirin, Reissessig, Honig, die entkernte Chili und die klein geschnittene Knoblauchzehe dazugeben und mit geschlossenem Deckel bei mittlerer Temperatur 30 Minuten ziehen lassen.

Möhren, Sellerie und Zwiebel schälen, in kleine Würfel schneiden und zu der Brühe geben.

Die Stiele der Shiitake-Pilze herausbrechen, die Pilzköpfe halbieren und beiseitelegen.

Die Schale des Ingwers nur dünn entfernen und den Ingwer fein würfeln. Die Stiele des Korianders fein abschneiden. Beides zu der Brühe geben und ziehen lassen.

Die Blätter des Grünkohls vom Strunk abzupfen und grob schneiden.

Nudeln nach Packungsangabe in gesalzenem Wasser kochen. Eier 5 Minuten wachweich kochen.

Den Sud abschmecken und nach Geschmack mit Essig, Sojasoße, Salz und Chili nachwürzen. Grünkohl und Shiitake-Pilze in den Sud geben und alles nochmal 5 Minuten ziehen lassen.

Nudeln abgießen, die gegarten Eier schälen. Die Hühnerbeine aus dem Topf nehmen, das Fleisch abzupfen und zusammen mit den Nudeln auf vier Tellern verteilen.

Den Sud ein letztes Mal abschmecken (nach Bedarf mit Sojasoße nachwürzen, da der Grünkohl ein wenig Salz zieht), dann in die Teller geben. Die Eier halbieren und je 2 Eihälften mit dem Eigelb nach oben in die Suppe stellen. Mit fein geschnittenem

Koriander bestreuen. Wer mag, garniert das Gericht zusätzlich mit ein paar Erdnüssen, etwas Sesam und ein paar Tropfen Sesamöl.

Tipp:

Die Stiele der Shiitake-Pilze enthalten besonders viel Aroma, bekommen aber beim Kochen eine zähe, gummiartige Konsistenz. Entweder kocht man sie separat in der Brühe mit und fischt sie vor dem Servieren wieder heraus oder man kocht die Stiele zusammen mit den Schalenresten des Gemüses zu einem separaten Gemüse-Sud, den man einwecken oder einfrieren kann.

Sendung/Quelle: Iss besser!

Letzter Sendetermin: 04.11.2018

Koch/Köchin: Tarik Rose

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