Schnelle asiatische Nudelsuppe



Zeit gesamt
25min

Zubereitungszeit
25min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Gemüsebrühe	1 L
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Zimt	
Suppennudeln	100 g
Bio Limetten	1 St.
Pak Choi	1 St.
Paprika, rot	1 St.
Frühlingszwiebeln	1 Bund
Knoblauchzehen	1 St.
Ingwer, frisch	10 g
Koriander, frisch	20 g
Sojasauce	4 EL

Zubereitung

Küchenutensilien

mittlerer Topf mit Deckel

1. In einem Topf Gemüsebrühe aufkochen, kräftig mit Salz, Pfeffer und Zimt abschmecken. Nudeln in der siedenden Brühe ca. 5 Min. bissfest garen und Suppe zugedeckt warm halten. Limette waschen und halbieren. Von einer Hälfte den Saft auspressen. Die zweite Hälfte in dünne Scheiben schneiden.

2. Pak Choi waschen, Stiele hacken und Blätter in feine Streifen schneiden. Paprika halbieren, Strunk und Kerne entfernen und fein würfeln. Frühlingszwiebeln waschen, Enden entfernen und in feine Ringe schneiden. Knoblauch und Ingwer schälen und hacken. Vorbereitetes Gemüse auf 4 Bowls oder Schüsseln verteilen.

3. Alles mit der Brühe mit Nudeln übergießen und 3–5 Min. ziehen lassen. Inzwischen Koriander waschen, trocken schütteln, grobe Stiele entfernen und Blätter abzupfen.

4. Mit Sojasauce und Limettensaft abschmecken. Schnelle asiatische Nudelsuppe mit Limettenscheiben und Koriander bestreut servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	106 kcal
Kohlenhydrate	20 g
Eiweiß	3 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	2 g