



© Salzburger Agrar Marketing/Martina Höfelmaier

Dauer: Mittel

.....

Kategorie: Isst-Gut-Rezept Suppen

.....

Saison: Ganzjährig

.....

Für: 4 Personen

.....

Verfasst von: Salzburg Schmeckt, Martina

Höfelmaier

.....

Zutaten

Ramen

200 G Suppennudeln

150 G Shiitakepilze

200 G Mangold oder Spinat

2 Knoblauchzehen

2 Karotten

100 G Brokkoli

4 Eier oder 8 Wachteleier

2-3 EL Sojasauce

Ingwer

neutrales Pflanzenöl (z.B. Rapsöl)

CA. 1,2 L Gemüsebrühe oder Rindssuppe

nach Belieben Fleisch aus der Rindssuppe

Topping

Sprossen nach Belieben oder frische Kräuter wie Petersilie,
Koriander

2 Frühlingszwiebeln

Nüsse oder Samen bzw. Saaten nach Geschmack (z.B.
Hanfsamen/Kürbiskerne)

Zubereitung

Ramen

1. Suppennudeln nach Packungsanleitung kochen und beiseitestellen.
2. Shiitakepilze gegebenenfalls säubern und in Streifen schneiden, diese werden kurz und scharf in ein wenig Öl angebraten.
3. Der geputzte und grob geschnittene Mangold bzw. Spinat wird ebenfalls kurz in der Pfanne mit dem feinwürfelig geschnittenen Knoblauch in wenig Öl gebraten.
4. Die Karotten in feine Streifen schneiden, dies gelingt mit einem Sparschäler sehr gut. Die Karottenstreifen kurz in wenig Öl braten.
5. Die Eier weichkochen, abschrecken und schälen.
- 6.

Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden, Kräuter hacken, Nüsse / Samen nach Geschmack vorbereiten.

7. Das abgekühlte Rindfleisch in Scheiben, Streifen oder würfelig schneiden.
8. Nun kann alles für das Anrichten und Servieren der Suppe vorbereitet werden.
Gemüsesuppe oder Rindssuppe erhitzen und mit Sojasauce nach Geschmack (ca. 2-3 EL pro Portion) und fein geriebenem Ingwer abschmecken.
9. Die Suppennudeln und das Gemüse auf vier Suppenschüsseln verteilen, Ei aufschneiden und hinzugeben, gegebenenfalls Rindfleisch aufteilen und mit kochend heißer Brühe übergießen
10. Getoppt wird die Suppe mit reichlich Sprossen, Frühlingszwiebeln, Kräutern, Nüssen nach individuellem Geschmack!

„Ramen ist mehr als nur Suppe – es ist ein Geschmackserlebnis. Dieses Ramen-Rezept aus der Sammlung von Salzburg Schmeckt zeigt dir Schritt für Schritt, wie du eine aromatische regionale Brühe zubereitest und mit liebevoll abgestimmten Toppings ein Gericht kreierst, das du immer wieder machen willst.“