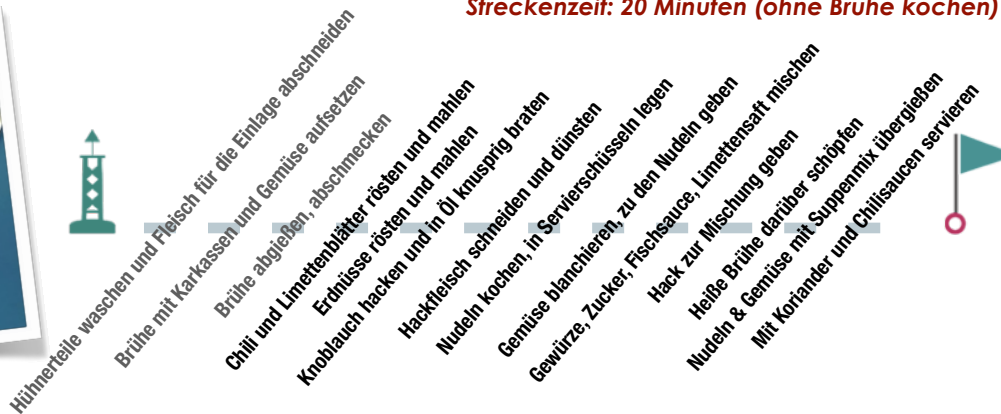


# Tom Yum Nudelsuppe, thailändisch



**Anmerkung:** Die Suppe ist schnell fertig, wenn die Brühe erstmal gekocht ist. Zur Not gelingt sie mit Instant-Brühe oder mit einer Yum-Yum Instantsuppe.

**Die Vorbereitung:** Im Pfännchen Chili und optionale Zitronenblätter ohne Fett rösten und im Mörser mahlen. Chilipulver bereithalten. Erdnüsse ohne Fett hellbraun rösten und im Mörser grob zerstoßen und bereithalten. Knoblauch fein hacken und in 3 EL Öl knusprig goldbraun rösten. Knoblauchöl im Schälchen bereithalten. **Tipp:** Etwas mehr von den Würz-Zutaten rösten und diese in Schraubgläsern aufzubewahren., die Suppe schmeckt mit Varianten fast täglich.

Hühnerfleisch grob hacken, mit 1 TL Fischsauce und Pfeffer würzen und im Pfännchen in wenig Wasser (50ml) kurz dünsten. Mit der Flüssigkeit bereithalten. Für die Einlage Gemüse & Kräuter waschen, schneiden und bereithalten.

**Die Vollendung:** 800 ml Brühe im Topf erhitzen und im zweiten Topf Wasser aufkochen, Nudeln im Wasser garen, herausheben und in die Bowls verteilen. Gemüse für 1 min. im Wasser blanchieren und in die Schüsseln legen. Blattgrün und Sprossen direkt auf die Nudeln legen, sie garen durch die heiße Brühe.

In der zweiten Schüssel Chiliflocken, Erdnüsse und Röstknoblauch mit 2 EL Fischsauce, 1 EL Zucker und 2 EL Limettensaft zu einem Dressing anrühren. Mit dem gedünsteten Hack vermischen, die kochend heiße Brühe zugeben und verrühren. Die heiße Mischung zum Schluss über die Nudeln in den Bowls gießen und mit Koriander und dem Röstknoblauch dekorieren. Die Suppe wird mit Stäbchen serviert. Nachgewürzt wird mit Chilis in Essig, Knoblauchöl, Chiliflakes.

**Werkzeuge:** Messer, Brett, Mörser, Pfännchen, Suppentopf, Nudeltopf, Sieb, Schüsseln und große Suppenbowls zum Servieren.

**Für die Brühe:** Schalotten/Zwiebeln und Ingwer ohne Fett im großen Topf anrösten. Karkassen oder Keulen hinzufügen, mit 3 L Wasser auffüllen. Korianderstiele, Zitronengras und Pfeffer, 1/2 TL Kurkuma und optionale Gemüse hinzufügen. Circa 3 h simmern lassen. Durch ein Sieb abgießen und mit 1 TL Zucker, Salz, Pfeffer und Sojasauce abschmecken. Jetzt ist die Grundbrühe fertig.

**Tipp:** Die Brühe in Portionen einfrieren oder kochend heiß in Schraubgläsern füllen, fest verschließen und anschließend im Kühlschrank aufbewahren. Sobald das Vakuum entsteht, hält sich Brühe im Kühlschrank für 1-2 Wochen.

## Die Zutaten für zwei große Bowls

- 800 ml fertige Brühe
- 2 EL Chiliflocken (oder mehr)
- 2 Kaffir-Limettenblätter, getrocknet
- 4 EL Erdnüsse, ungesalzen
- 3 Knoblauchzehen, 3 EL Pflanzenöl
- 150 g - 200 g Hühnerfleisch, am besten von der Keule (alt. Schweinefleisch)
- 2-3 Mie-Nudeln Nester (ca. 150 g)
- 2-3 EL Fischsauce
- 1-2 Limetten (alternativ milder Essig)
- 2 EL Zucker, Weißer Pfeffer
- Koriandergrün

## Optionales Gemüse:

Frühlingszwiebeln, Pak Choy, Möhre, Sojabohnensprossen, Shitake Pilze

## Optionales Protein

Ei, gebratenes Fleisch, Tofu oder asiatische Fischbällchen

## Zum Nachwürzen:

Chilis in Essig oder Fischsauce, Chiliflakes, Limette, Knoblauchöl

## Die Zutaten für echte Brühe ca. 3L

- 2-3 Schalotten, alt. 1 große Zwiebel
- 1 daumendickes Stück Ingwer
- 3 Knoblauchzehen
- 1 kg Hühnerkarkassen (alt. 3-4 Keulen)
- Korianderstiele (Wurzeln im Original)
- 1-2 Stück Zitronengras (optional)
- Weißer oder schwarzer Pfefferkörner
- 2 EL Sojasauce
- 1 TL Zucker, 1/2 TL Kurkuma
- 1 Möhre und Stück Sellerie (optional)



 [Mehr Informationen hier](#)

