



Vietnamesische Suppe mit Schwein und Pak Choi

mit knackigen Cashews und Röstzwiebeln



ca. 40min



3-4 Personen

Vietnamesische Suppen bestehen meist aus einer würzigen Brühe mit Einlage - es bieten sich also Tausende Möglichkeiten zur Variation. Unser heutiges Modell besticht durch eine duftig-pikante Chili-Zitronengras-Note, knackige Paprika und zarten Pak Choi. Als Basis des Ensembles fungiert Jasminreis, als Protagonist obendrauf fix gebratenes, saftiges Schweinefleisch. Das kulinarische Krönchen: Röstzwiebeln und Cashewkerne. Fein!

Was du von uns bekommst

- 400g Jasminreis
- 2 Baby-Pak-Choi
- 2 Paprika
- 50g Cashewkerne ¹⁵
- 2 Packungen Schweinegeschnetzeltes
- 200ml Chili-Zitronengras-Sauce
- 1 Päckchen Hühnerbrühgewürz
- 2 Packungen Röstzwiebeln ¹

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- große Pfanne oder Wok
- Messbecher
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 836kcal, Fett 25.1g, Kohlenhydrate 110.8g, Eiweiß 39.4g



1. Reis kochen

In einem mittelgroßen Topf 800ml leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Den **Reis** in einem Sieb kalt abspülen, bis das Wasser klar bleibt. Sobald das Wasser kocht, den **Reis** hineingeben und abgedeckt bei niedrigster Hitze 10-12Min. kochen, bis das Wasser aufgesogen und der **Reis** gar ist. Noch ca. 5Min. ohne Hitzezufuhr ziehen lassen.



4. Gemüse braten

Die **Paprika** in der Fleischpfanne bei mittlerer bis starker Hitze ca. 3Min. braten, bis sie weich wird. Den **weißen Pak Choi** zugeben und ca. 2Min. mitbraten.



2. Gemüse schneiden

Den **grünen Teil** des **Pak Choi** quer in 2-3cm große Stücke, den **weißen Teil** längs in ca. 1cm breite Streifen schneiden. Die **Paprika** vierteln, entkernen und in dünne Streifen schneiden.



5. Suppe kochen

Die **Chili-Zitronengras-Sauce**, 800ml Wasser, den **Pak Choi**, das **Brühgewürz** und ½TL Pfeffer einrühren und alles aufköcheln lassen. Die Hitze reduzieren und die **Suppe** bei mittlerer Hitze 2-3Min. köcheln lassen.



3. Fleisch braten

Die **Cashews** in einer großen Pfanne ohne Zugabe von Fett in 3-4Min. goldbraun anrösten, dann herausnehmen und abkühlen lassen. Das **Fleisch** trocken tupfen und mit 1 kräftigen Prise Salz in derselben Pfanne mit 2EL Pflanzenöl bei mittlerer bis starker Hitze 1-2Min. braten, bis es gar ist. Aus der Pfanne nehmen und abgedeckt warm halten, die Pfanne wird weiterverwendet.



6. Garnitur vorbereiten

Die **Cashews** grob hacken. Den **Reis** auf Schalen oder tiefe Teller verteilen und die **Suppe** darübergießen. Das **Fleisch** auf dem **Reis** anrichten und mit den **Cashews** und den **Röstzwiebeln** garniert servieren.