

MARLEY SPOON



Scharfe Kokosmilch-Nudelsuppe

mit Paprika und gebratenen Champignons



ca. 50min



4 Portionen

Heute geht unsere kulinarische Reise nach Thailand! Die scharfe gelbe Currypaste ist dort sehr beliebt und wird demnach in vielen Gerichten verwendet – auch in wärmenden Suppen. Die Kombination mit cremiger Kokosmilch, Paprika, Champignons und feinen Vermicelli-Glasnudeln wird garantiert deine Geschmacksknospen auf Hochtouren bringen. Für die kalten Monate genau das Richtige. Guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 200g Vermicelli-Glasnudeln
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Paprika
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Stück Ingwer
- 1 Pck. gelbe Currypaste
- 2 Dosen gehackte Tomaten
- 400ml Kokosmilch
- 1 Pck. Gemüsebrühwürz
- 500g Champignons
- 50ml Tamari-Sojasauce ¹

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Zucker
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- großer Topf
- große Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

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

Allergene

Sojabohnen (1). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

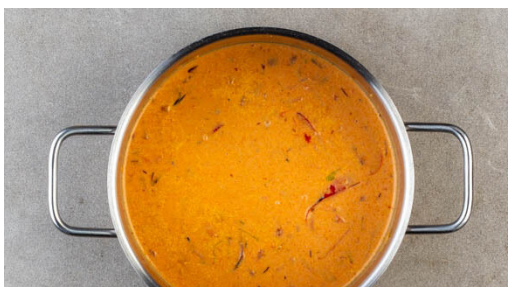
Nährwertangaben pro Portion

Energie 650kcal, Fett 36.2g, Kohlenhydrate 70.2g, Eiweiß 10.9g



1. Nudeln garen

In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Nudeln** aufkochen. Die **Nudeln** in das kochende Wasser geben, den Topf vom Herd nehmen und die **Nudeln** 3-5Min. gar ziehen lassen. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. **Tipp:** Um die Weiterverarbeitung zu erleichtern, ggf. die **Nudeln** mit einer sauberen Schere durchschneiden. Den Topf aufbewahren.



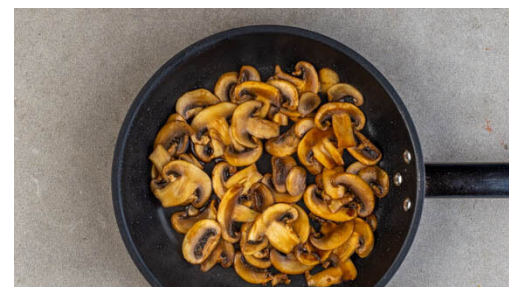
4. Suppe kochen

2TL Pflanzenöl und die **Currypaste** in den Topf geben und 1-2Min. anbraten, bis die **Paste** gut verbunden ist und die **Paste** duftet. Die **gehackten Tomaten**, die **Kokosmilch**, 1L Wasser und das **Brühwürz** hinzugeben und zum Kochen bringen, dann die Hitze reduzieren und die **Suppe** ca. 10Min. köcheln lassen, dabei gelegentlich umrühren.



2. Zutaten vorbereiten

Den **weißen Teil** und den **grünen Teil der Lauchzwiebeln** getrennt in feine Ringe schneiden. Die **Paprika** vierteln, entkernen und in dünne Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Den **Ingwer** schälen und fein reiben, bis ca. **2EL geriebener Ingwer** vorhanden sind.



5. Pilze braten

In der Zwischenzeit die **Pilze** ggf. säubern und in dünne Scheiben schneiden. 2TL Zucker in der **Sojasauce** auflösen. Die **Pilze** in einer großen Pfanne mit 2EL Pflanzenöl bei mittlerer bis starker Hitze 4-5Min. braten, bis sie weich sind und das gesamte Wasser abgegeben haben. Die **Sojasauce** zugeben und ca. 1Min. weiterbraten, dann die Pfanne vom Herd nehmen.



3. Suppe ansetzen

Die **Paprika** und die **weißen Lauchzwiebelringe** in dem Topf mit 2EL Pflanzenöl und ½TL Salz bei mittlerer Hitze 5-6Min. anbraten. Dann den **Knoblauch** und den **Ingwer** hinzugeben und ca. 1Min. duftend mitbraten.



6. Suppe fertigstellen

Die **Nudeln** in die Suppe geben und 1-2Min. erwärmen. Ggf. mit mehr Salz nachwürzen. Die **Suppe** auf tiefe Teller verteilen und mit den **Pilzen** und den **grünen Lauchzwiebelringen** garniert servieren.