



## Vegane Asia-Nudelsuppe

mit Gemüse und Erdnüssen



ca. 20min



2 Personen

Hach, stundenlang in der Küche stehen und leckere Gerichte für die Liebsten – oder auch einfach mal sich selbst – zu zaubern ist doch einfach das Beste, oder? Und wenn die Zeit knapp ist, gibt es zum Glück Gerichte wie dieses: blitzschnell gemacht und trotzdem extrem lecker! Die cremige Suppe mit Kokosmilch, gelber Currysauce und Ingwer, Süßkartoffeln und feinen Glasnudeln schmeckt einfach nach mehr!

## Was du von uns bekommst

- 1 Stück Ingwer
- 1 rote Zwiebel
- 1 Süßkartoffel
- 1 Packung gelbe Curtypaste
- 250ml Kokosmilch
- 100g Vermicelli-Glasnudeln
- 1 Dose Mais
- 10g Koriander
- 1 unbehandelte Limette
- 1 Päckchen Erdnüsse, geröstet & gesalzen<sup>5</sup>
- 1 Packung chinesischer Gemüsemix

## Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl

## Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- Wasserkocher
- Sparschäler
- Messbecher
- Zitronenpresse
- Sieb

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

## Allergene

Erdnüsse (5). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Energie 793kcal, Fett 36.5g, Kohlenhydrate 102.8g, Eiweiß 12.6g



### 1. Süßkartoffeln anbraten

Den **Ingwer** schälen und fein würfeln. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Die **Süßkartoffel** schälen, grob würfeln und mit dem **Ingwer** und den **Zwiebeln** in einem mittelgroßen Topf mit 2EL Pflanzenöl und 1 Prise Salz bei mittlerer Hitze ca. 1Min. anbraten.



### 4. Nudeln garen

Die **Glasnudeln** in einer hitzebeständigen Schüssel oder einem Topf mit dem kochenden Wasser übergießen und 3-5Min. ziehen lassen. In ein Sieb abgießen und mit kaltem Wasser abschrecken.



### 2. Suppe ansetzen

Ca. **1/3 der Curtypaste** unterrühren und ca. 1Min. mitbraten, dann die **Kokosmilch** und 500ml heißes Wasser angießen und die **Suppe** einmal aufkochen lassen. Anschließend bei niedriger bis mittlerer Hitze abgedeckt 5-8Min. köcheln lassen, bis die **Süßkartoffeln** gar sind.



### 5. Gemüsemix zugeben

Den **Mais** und den **Gemüsemix** in die **Suppe** rühren und die **Suppe** mit Salz, Pfeffer sowie ggf. mehr **Curtypaste** abschmecken. Das **Gemüse** 2-3Min. garen.



### 3. Zutaten vorbereiten

In einem Wasserkocher ca. 1L Wasser aufkochen. Die **1/2 des Maises** in einem Sieb abtropfen lassen. **Tipp:** Den **übrigen Mais** z. B. für einen Salat verwenden. Den **Koriander samt Stängeln** grob schneiden. Die **Limette** halbieren und **eine Hälfte** in Spalten schneiden. Die **Erdnüsse** grob hacken.



### 6. Abschmecken und servieren

Die **Limettenhälften** auspressen und den **Saft** in die **Suppe** rühren. Erneut mit Salz und Pfeffer sowie ggf. 1 Prise Zucker abschmecken. Die **Nudeln** auf tiefe Teller oder Schalen verteilen und mit der **Suppe** begießen. Mit den **Erdnüssen** und dem **Koriander** garnieren und mit den **Limettenspalten** servieren.