



Vegane Asia-Nudelsuppe

mit Gemüse und Erdnüssen



ca. 20min



3-4 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
- 500ml Kokosmilch
- 200g Vermicelli-Glasnudeln
- 1 Dose Mais
- 10g Koriander
- 1 unbehandelte Limette
- 1 Päckchen Erdnüsse, geröstet & gesalzen⁵
- 2 Packungen 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 634kcal, Fett 27.4g, Kohlenhydrate 87.5g, Eiweiß 9.4g



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.



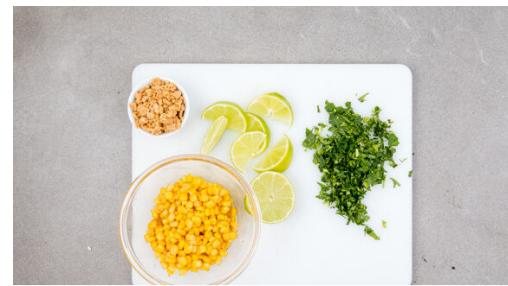
2. Suppe ansetzen

Die **1/2 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. 1,5L Wasser aufkochen. Den **Mais** in einem Sieb abtropfen lassen. 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.