MARLEY SPOON



Curry-Erdnuss-Suppe mit gebratenem Tofu

mit buntem Gemüse und Glasnudeln

ca. 25min 2 Portionen

Ja, der Winter ist im Anmarsch. Und damit uns gar nicht erst kalt wird, hat sich unsere Köchin Elisabeth diese wunderbar sämige Suppe ausgedacht, die mit Erdnüssen, Tofu und dem vielschichtigen Aroma von Curry für den inneren Temperaturausgleich sorgt. Frisches Gemüse und Kokosmilch komplettieren den kulinarischen Kurzurlaub in Asien und lassen uns jeden Herbststurm leichter ertragen!

Was du von uns bekommst

- 100g Vermicelli-Glasnudeln
- 1 Pck. gelbe Currypaste
- 35g Erdnüsse, geröstet & gesalzen [1]
- 200ml Kokosmilch
- 1 Pck. Bio-Tofu [2]
- 1 Karotte
- 1 Zucchini
- 1 Knoblauchzehe

Was du zu Hause benötigst

- 1EL Tomatenketchup
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Messbecher
- Sieb

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

Kochtipp
Die Nudeln können alternativ auch mit kochendem Wasser aus dem Wasserkocher übergossen werden und dann abgedeckt gar ziehen.

Allergene
Enthält: **Erdnüsse** (1), **Sojabohnen** (2).

Kann Spuren enthalten von: Gluten, Sesamsamen, Schalenfrüchte

Nährwertangaben pro Portion
Energie 771kcal, Fett 44.6g, Kohlenhydrate 62.8g, Eiweiß 27.0g



1. Kokos-Erdnuss-Sauce mixen

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Nudeln** zum Kochen bringen. Die **½ der Currypaste**, die **Erdnüsse** und **¾ der Kokosmilch** in einem hohen Gefäß fein pürieren. **Tipp:** Wer es nicht so scharf mag, verwendet weniger Currypaste.



2. Nudeln garen

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, kurz abtropfen lassen und warm beiseitestellen. Den Topf aufbewahren. **Tipp:** Um die Weiterverarbeitung zu erleichtern, ggf. die **Nudeln** mit einer sauberen Schere 1–2 Mal durchschneiden.



3. Zutaten vorbereiten

Den **Tofu** vorsichtig mit Küchenkrepp auspressen und in ca. 1cm große Würfel schneiden. Die **Karotte** ggf. schälen, längs halbieren und in sehr dünne Scheiben schneiden. Die **Zucchini** längs vierteln und in ca. 0,5cm dünne Scheiben schneiden.
Den **Knoblauch** schälen und in dünne Scheibchen schneiden.



4. Suppe kochen

Die **Karotten**, den **Tofu** und den **Knoblauch** im Nudeltopf mit 1EL Pflanzenöl bei starker Hitze 1–2Min. anbraten. Mit 600ml Wasser ablöschen, die **Kokosmilch-Erdnuss-Sauce**, 1EL Ketchup und 1TL Salz einrühren und ca. 5Min. köcheln lassen. Die **Zucchini** zugeben und die **Suppe** weitere ca. 4Min. köcheln lassen.



5. Abschmecken & servieren

Die **Suppe** mit 1EL Essig und 1 Prise Zucker würzen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Wer die **Suppe** etwas dünner mag, fügt die **restliche Kokosmilch** hinzu. Die **Nudeln** hineingeben und die **Curry-Erdnuss-Suppe** servieren.



6. Die Grenzen kennen

Curry, Erdnuss, Kokos … Dass es hier an Geschmack fehle, kann wohl niemand behaupten. Aber man kann natürlich immer noch einen – oder auch mehrere – draufsetzen: frische Chili, Koriander, Limette … Wer sich hier angesprochen fühlt, der wird schon wissen, was zu tun ist. Alle anderen lehnen sich entspannt zurück und genießen die warm-würzigen Aromen einfach so.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**