MARLEY SPOON



Asiatische Süßkartoffel-Kokosmilch-Suppe

mit Curry und Udon-Nudeln

ca. 35min 3 Portionen

Die aromatische Thai-Küche hat es uns besonders angetan. Eine leckere gelbe Currypaste mit feiner Schärfe, frische Kräuter und Ingwer, cremige Kokosmilch und fruchtig-säuerliche Limette gehören zu den Basics und verzaubern auch diese schnell zubereitete Suppe mit Süßkartoffeln, Paprika und Udon-Nudeln in ein himmlisches Geschmackserlebnis! Das Rezept ergibt bei einem 2-Port.-Plan 3, bei einem 4-Port.-Plan 6 Portionen.

Was du von uns bekommst

- 2 Paprika
- 2 Süßkartoffeln
- 1 unbehandelte Limette
- 1 Stück Ingwer
- 450g Udon-Nudeln [1]
- 1 Pck. gelbe Currypaste
- 400ml Kokosmilch
- 1 Pck. Gemüsebrühgewürz
- 25ml Tamari-Sojasauce [3]
- 10g Koriander
- 25g Cashewkerne, geröstet & gesalzen [2,4]

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- 2 mittelgroße Töpfe
- Küchenwaage
- Sparschäler
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Sieb

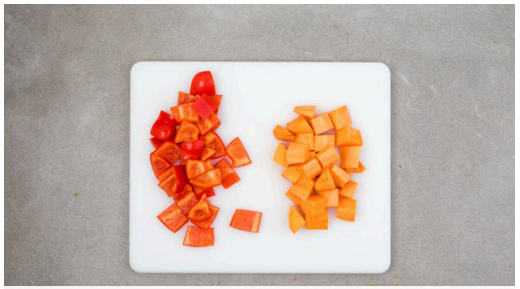
Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipp
Wer es nicht so scharf mag, verwendet weniger Currypaste.

Allergene
Enthält: **Gluten** (1), **Erdnüsse** (2), **Sojabohnen** (3), **Schalenfrüchte** (4).

Kann Spuren enthalten von: Eier, Sesamsamen

Nährwertangaben pro Portion
Energie 795kcal, Fett 28.6g,



1. Gemüse schneiden

Die **Paprika** halbieren, entkernen und in 1–2cm große Würfel schneiden. Die **Süßkartoffeln** schälen, längs halbieren und ebenfalls in 1–2cm große Würfel schneiden.



2. Limette vorbereiten

Die **Limettenschale** abreiben und die **Limette** halbieren, **eine Hälfte** auspressen, die **andere Hälfte** in Spalten schneiden. Den **Ingwer** schälen und sehr fein würfeln oder reiben. In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Nudeln** zum Kochen bringen.



3. Suppe ansetzen

In einem zweiten Topf 1EL Pflanzenöl auf hoher Stufe erwärmen. Je nach gewünschtem Schärfegrad **2TL Currypaste** im heißen Öl ca. 1Min. anbraten, bis es duftet. Mit **300ml Kokosmilch** und 650ml Wasser ablöschen und zum Kochen bringen. Die **Süßkartoffeln**, den **Ingwer** und das **Brühgewürz** dazugeben und die **Suppe** erneut aufkochen.



4. Nudeln kochen

300g Nudeln in das kochende Wasser geben und in 4–6Min. bissfest kochen. In ein Sieb abgießen und kalt abschrecken.



5. Suppe fertigstellen

Wenn die **Suppe** 2–3Min. geköchelt hat, die **Paprika** hinzugeben und die **Suppe** ca. 10Min. köcheln lassen, bis das **Gemüse** weich ist. Mit der **Sojasauce**, dem **Limettensaft**, **½TL Limettenschale** sowie Salz würzen und nach Geschmack ggf. **mehr Currypaste** unterrühren.



6. Koriander schneiden

Den **Koriander samt Stängeln** grob schneiden. Die **Nudeln** auf Suppenteller verteilen und mit der **Suppe** aufgießen. Mit den **Cashews** und dem **Koriander** garnieren und mit den **Limettenspalten** servieren.

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**