



Zwei japanische klare Suppen

Sumashi-jiru

Herkunft: Japan
Kategorie: Vorspeisen, Suppen

Vorbereitungszeit: 5 Minuten
Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

Suppe 1

100 g Hähnchenfleisch

1 TL Sake

1 TL Sojasauce

40 g Sömen (Weizennudeln)

2 Okra

Suppe 2

100 g Hähnchenfleisch

1 Prise Salz

2 EL Sake

1 EL Kartoffelmehl

1 Karotte(n)

30 g Rettich

30 g Blattspinat

Für die Grundbrühe

3 ½ Tasse(n) Dashi

½ TL Salz

1 TL Sojasauce

Vorbereitung

Die Grundbrühe vorbereiten und mit Salz und Sojasoße abschmecken.

Zubereitung

Suppe 1

Die Hühnerbrust ca. 10 Minuten in Sake und Sojasoße marinieren. Sömen nach Packungsanleitung kochen. Okra putzen und in dünne Ringe schneiden. Die Hühnerbrust in einem Topf in Öl kurz anbraten. Etwas Wasser hinzufügen, den Deckel auflegen und garen. Kurz abkühlen lassen und Hühnerbrust mit den Händen fein zerpfücken. Das Fleisch, Sömen und Okra auf vier kleine Schälchen verteilen. Mit heißer Brühe auffüllen.

Suppe 2

Die Hühnerbrust salzen und 10 Minuten in Sake einlegen. Schräg in mundgerechte Stücke schneiden. Diese in Kartoffelmehl wälzen. Den Rettich und Möhren putzen und in 3 mm dünne Scheiben schneiden (z. B. Blümchenform). Die Fleischstücke, den Rettich, die Möhren und etwas Blattspinat in einem Topf mit Deckel dämpfen. Alle Suppeneinlagen auf vier Schälchen verteilen und mit heißer Brühe übergießen.