



Misoshiru

für 4 Portionen | 45 Minuten | 53 kcal

Eine leichte Miso-Suppe ist ein Alleskönner. Dieses Rezept ist ein Muss für deine Kochkünste und gehört zu einem gelungenen japanischen Menü auf jeden Fall dazu!

Zubereitung:

1. Zutaten für die Misoshiru mit Tofu und Wakame bereitlegen.
2. In einen Topf das kalte Wasser füllen und die getrockneten Shiitake-Pilze sowie Kombu-Streifen (am besten mit einer Schere zurechtschneiden) hineingeben.
3. Das Wasser auf 60°C (etwa erreicht, wenn das Wasser zu dampfen beginnt) erhitzen — mit einem Küchenthermometer kontrollieren — und bei Erreichen der Temperatur die Hitze abstellen sowie den Topf vom Herd nehmen. Für 30 Minuten den Sud mit geschlossenem Deckel ziehen lassen.
4. In der Zwischenzeit Frühlingszwiebeln waschen und in feine Ringe schneiden. Am besten mit einem großen Messer in der Mitte teilen, zusammenlegen und vom Lauch abwärts in feine Ringe schneiden, die Wurzelende entfernen.
5. Den Tofu abtropfen lassen und mit einem großen Messer in mundgerechte Stücke (etwa 2 cm große Würfel) schneiden.
6. Außerdem Wakame in einer Schüssel mit kaltem Wasser übergießen, sodass alles sehr gut bedeckt ist und 10 Minuten einweichen lassen. Danach durch ein Sieb abgießen und mit den Händen die restliche Flüssigkeit leicht auswringen.
7. Die Dashi Brühe aus Shiitake und Kombu ist nach 30 Minuten fertig. Diese durch ein feines Sieb in einen weiteren Topf füllen, um eine klare Brühe zu erhalten. Die fertige Dashi Brühe bei starker Hitze aufkochen lassen. (* Hier können nun weitere Zutaten deiner Wahl hinzugefügt werden). Dann den Herd abstellen und den Topf auf der heißen Herdplatte stehen lassen (die Brühe soll heiß sein, aber darf nicht mehr kochen). Den geschnittenen Seidentofu vorsichtig zur Dashi Brühe geben.

Zutaten:

- 4 EL (gehäuft) Miso Paste
- 4 Streifen Kombu (je etwa 2 x 10 cm)
- 6 Shiitake, getrocknet
- 350 g Seidentofu
- 1 EL Wakame
- 2 Frühlingszwiebeln
- 1 l Wasser



8. Mithilfe eines feinmaschigen Metallsiebs oder einer großen Kelle die Miso Paste einrühren. Dazu das Sieb auf den Topfrand legen, die Miso Paste zum Beispiel mit einem Löffel oder Kochstäbchen in die Flüssigkeit rühren.
9. Die bereits vorbereiteten Frühlingszwiebelringe und eingeweichten Wakame Algen hinzufügen.
10. Die fertige Misoshiru in kleinen Schüsseln heiß servieren. Miso-Suppe wird direkt aus der Schüssel geschlürft, die Beilagen werden mit Stäbchen gegessen – es wird üblicherweise kein Löffel gereicht. Fertig – Itadakimasu!

