



Schnelle Miso Udon

für 2 Personen | 20 Minuten | 214 kcal

Diese schnelle Miso Udon Nudelsuppe mit Tofu bringt in wenigen Minuten japanische Aromen auf deinen Tisch. Mit würziger Dashi Brühe, weichem Tofu und köstlichen Udon Nudeln ist sie das perfekte Wohlfühlgericht für jede Gelegenheit.

Zubereitung:

1. Zutaten für die Miso Udon Nudelsuppe bereitlegen. Außerdem sollte die Dashi Brühe jetzt fertig vorbereitet sein (hier geht es zum Rezept).
2. Die Dashi Brühe in einem großen Topf zum Kochen bringen. Sobald die Brühe heiß ist, mit Sojasauce und Mirin würzen. Die Brühe für etwa 5 Minuten auf niedriger Hitze köcheln lassen, damit die Aromen sich entfalten können.
3. Parallel dazu den festen Tofu abtropfen lassen und in mundgerechte Stücke schneiden. Die Shimeji Pilze putzen und den Strunk abschneiden.
4. Die Frühlingszwiebeln waschen und schneiden: Die grünen Teile der Frühlingszwiebeln fein schneiden und beiseitelegen – sie werden später als Garnitur verwendet. Den weißen Teil grob schneiden.
5. Den weißen Teil der Frühlingszwiebel direkt zur köchelnden Brühe geben. Den Tofu zusammen mit den geputzten Shimeji Pilzen in die köchelnde Brühe geben. Lass die Brühe noch einige Minuten weiterköcheln, bis die Pilze zart sind und der Tofu leicht erhitzt ist.
6. In der Zwischenzeit einen separaten Topf mit Wasser zum Kochen bringen und die Udon Nudeln nach Packungsanweisung (ca. 8 Minuten) kochen. Anschließend die Nudeln abgießen, kurz abschrecken und in Schüsseln verteilen.
7. Nun die Hitze der Brühe abstellen und die Miso Paste in einem kleinen Sieb in die heiße Brühe einrühren, bis sie sich vollständig aufgelöst hat. Noch einmal mit Sojasauce abschmecken.
8. Die fertige Miso Brühe mit Tofu und Pilzen über die Udon Nudeln gießen. Mit den grünen Frühlingszwiebeln bestreuen und nach Belieben mit etwas La-Yu garnieren.

Zutaten:

- 2 Portionen Udon Nudeln
- 1 l Dashi Brühe
- 2 EL Miso Paste
- 1 EL Sojasauce
- 1 EL Mirin

- 150 g fester Tofu
- 100 g Shimeji Pilze
- 2 Frühlingszwiebeln
- etwas La-Yu

