

Tofu Suppe

Das Rezept für die Tofu Suppe ist ein harmonisches Zusammenspiel von Tofu, Wakame-Algen und Gemüsebrühe. Diese Suppe ist die perfekte Wahl für eine herzhaft, gesunde Mahlzeit.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 10 min

Ruhezeit: 10 min

Gesamtzeit: 35 min



Zutaten

150 g	Tofu
10 g	Wakame-Algen (getrocknet)
2 Stk.	Frühlingszwiebeln
2 EL	Misopaste
2 EL	Sojasauce
600 ml	Gemüsebrühe

Zubereitung

1. Für die **Tofu Suppe** beginnen wir mit den Wakame-Algen, die wir mit heißem Wasser übergießen und 10 Minuten lang einweichen lassen, damit sie schön zart werden. Währenddessen schneiden wir den Tofu in kleine Würfel.
2. Die Lauchzwiebeln kommen als Nächstes ins Spiel. Wir schneiden sie in feine Ringe und lassen sie 3 Minuten lang in einer köstlichen Gemüsebrühe garen, damit sie ihr volles Aroma entfalten. Doch das ist noch nicht alles, wir nehmen etwas von der Gemüsebrühe ab und lösen darin die Misopaste auf, um später einen intensiven Geschmack in der Suppe zu erzielen.
3. Nun ist es Zeit, die aufgelöste Misopaste in die Gemüsebrühe mit den Lauchzwiebeln einzurühren. Die Tofuwürfel werden hinzugegeben und verleihen der Suppe eine herrliche Textur und eine Extraportion Protein. Aber das Geheimnis liegt in den Wakame-Algen, die wir nun fein schneiden und ebenfalls in die Suppe mischen. Ihre maritimen Noten verleihen der Suppe eine besondere Note.
4. Abschließend geben wir die Sojasoße hinzu, um der Tofu-Suppe eine perfekte Balance aus

salzigen und vorzüglichen Geschmacksnuancen zu verleihen. Wir kosten und passen die Sojasoße ganz nach unserem Geschmack an. Die Tofu-Suppe ist jetzt bereit, um in Schüsseln serviert und genossen zu werden.

Tipp