

Chinasuppe

Zutaten: für 4-6 Personen

1 - 1,25 Liter Fleischbrühe
3 Schweineschnitzel (300 g)
2 große Zwiebeln
1 - 2 Knoblauchzehen
2 EL Öl zum Anbraten
1 große Stange Lauch
½ Sellerieknolle
250 g frische Sojabohnenkeimlinge
oder 1 Dose/Glas Sojabohnenkeimlinge
1 - 2 Teelöffel Zitronensaft
1 - 2 TL Zucker
1-2 EL Sojasauce hell
1 EL Sojasoße dunkel
2 TL Chinagewürzmischung
½ Teelöffel Tabasco
150 g Glasnudeln
Trockener Sherry
oder Reiswein zum Abschmecken



Zubereitung:

Das **Schweinefleisch** (Schnitzel) in schmale Streifen schneiden. Die **Zwiebeln** fein hacken, den **Knoblauch** zerquetschen. **Lauch und Sellerie** in kleine Stifte schneiden.

Glasnudeln in kaltem Wasser einweichen.

In einem Suppentopf Öl erhitzen, das Fleisch, die Zwiebeln mit Knoblauch darin unter ständigem Rühren ein paar Minuten anbraten, dabei die Hitze später etwas reduzieren.

Das Fleisch salzen, mit Sojasoße und Wasser ablöschen. Chinagewürzmischung hinzu geben.

Die Chinasuppe ca. 20 Minuten zugedeckt kochen lassen.

Anschließend den geschnittenen Lauch und Sellerie hinzufügen und die Chinasuppe nochmals 15 Minuten kochen lassen. Frische Sojabohnenkeimlinge kurz waschen und mit in die Chinasuppe geben. Ganz kurz mitkochen, denn sie sollen relativ knackig bleiben.

Die Glasnudeln in einem Sieb abseihen, mit einer Schere eventuell etwas kürzer schneiden und in die Suppe einlegen und kurz mitkochen.

Mit Zitronensaft, etwas Zucker und Tabasco gut süß/sauer/scharf abschmecken . Kurz bevor man die Chinasuppe im Topf serviert, die Suppe nach Geschmack mit einem Schuss Reiswein oder trockenem Sherry abschmecken.

Tipp:

Diese Chinasuppe kann man schon einen Tag zuvor kochen und dann nur noch aufwärmen.

Sie eignet sich auch gut für eine Mitternachtssuppe zum Beispiel an Silvester oder nach einer Party.

Kalorienangaben

Chinasuppe für eine Person, ca. 290 kcal und ca. 11 g Fett

