



Rezeptinfo

Zutaten für 4 Portionen

Zubereitungszeit: 15 Min. + 30 Min. Kochzeit

pro Portion: 604 kJ, 2527 kcal, 81,6 g Kohlenhydrate, 22,6 g Eiweiß, 22,3 g Fett, 37 mg Cholesterin, 5,1 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: | Kosten: € €

schnell **spicy**

Zubereitung

Bei unserer neuen Street Food Challenge entdecken wir die Aromen Vietnams bei Maison Mami und probieren uns an einem echten Suppen-Klassiker der vietnamesischen Küche: Pho Bo. Für die Brühe werden Zwiebeln, Knoblauch, Ingwer, Kardamom, Sternanis und eine Zimtstange angeröstet, mit Zucker leicht karamellisiert, mit Rinderfond übergossen und gekocht. Die Einlage besteht aus Mungobohnensprossen, gekochten Reisnudeln, hauchdünn geschnittenem Rinderfilet, Frühlingszwiebeln, Chili, Limette und Koriander. Nachdem all diese Köstlichkeiten Platz in einer Suppenschüssel gefunden haben, werden sie mit der heißen Brühe übergossen, um dann kurz fertig zu garen und euch anschließend ein echtes vietnamesisches Genuss-Erlebnis zu bescheren.

Step 1:

Zunächst bereitest du die Brühe vor. Knoblauchzehen und Zwiebeln mit Schale halbieren. Den Ingwer schneidest du in Scheiben.

Step 2:

Knoblauch, Zwiebeln und Ingwer zusammen mit den Kardamomkapseln, der Zimtstange und dem Sternanis in einem Topf ohne Öl kurz rösten.

Step 3:

Sobald du die Gewürze riechen kannst, gibst du den Zucker dazu und lässt diesen kurz karamellisieren.

Step 4:

Jetzt mit dem Rinderfond und dem Wasser ablöschen und mit Fischsoße, sowie Sojasoße würzen. Für 30 Minuten köcheln lassen.

Step 5:

Währenddessen kannst du die Einlage vorbereiten. Dafür Mungobohnen und den Koriander waschen, sowie Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden.

Step 6:

Als nächstes die Reisbandnudeln nach Packungsanweisung kochen und das Rinderfilet in sehr dünne Scheiben schneiden.

Step 7:

Einlage in einen tiefen Suppenteller geben und mit der kochend heißen Brühe übergießen – kurz warten, bis das Rindfleisch gegart ist.

Step 8:

Nach Geschmack mit Chilischoten und Limettensaft verfeinern und servieren.

Zutaten

Für die Brühe:

2	Knoblauchzehen
2	Zwiebeln
1 großes Stk.	Ingwer
2	Kardamomkapseln
1	Zimtstange
2	Sternanis
1 TL	brauner Zucker
800 ml	Rinderfond
800 ml	Wasser
1 EL	Fischsoße
1 EL	Sojasoße

Für die Einlage:

300 g	Mungobohnensprossen, frisch
2	Lauchzwiebeln
8 Stiele	Koriander
300 g	Reisbandnudeln
300 g	Rinderfilet
4	rote Chilischoten
2	Limetten

