

Asiatische Weißkohlsuppe

Zutaten

600 g Weißkohl
400 g Karotten
30 g Ingwer
2 Knoblauchzehen
200 g Langkorn-Vollkornreis
Salz
1 EL Sonnenblumenöl
1 l Gemüsebrühe
200 g Tofu
250 ml Kokosmilch
rote Currypaste nach Geschmack
2–3 EL Limettensaft

Zubereitung

Kohl putzen. Strunk entfernen. In Streifen schneiden. Karotten schälen, Schräg in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Ingwer und Knoblauch schälen und fein hacken. Reis nach Packungsangabe garen. Öl in einem breiten Topf erhitzen. Knoblauch und Ingwer 1 Minute anschwitzen. Kohl und Karotten zugeben. 5 Minuten dünsten. Brühe zugeben. Aufkochen lassen, 15 Minuten köcheln lassen. Inzwischen Tofu in mundgerechte Stücke brechen. Nach den 15 Minuten mit Kokosmilch und Currypaste zur Suppe geben. 5 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Saftwürzen. Mit dem Reis servieren.