



**Bild folgt**

## Sauer-scharfe Suppe (China)

(129 kcal, KH 12 g, P 7 g, F 2 g)

**Zubereitungszeit: ca. 15 Min.**

### Zutaten für 4 Personen:

30 g	Glasnudeln
10 g	Chinesische Pilze, getrocknet
1 Stange	Porree
1	rote Paprika
100 g	Sojasprossen
1000 ml	Gemüsebrühe
1 EL	Sherry
4 EL	Sojasoße
2 EL	Weißweinessig
1 TL	Agavendicksaft oder Honig

### Zubereitung:

Chinesische Pilze und in Stücke geschnittene Glasnudeln getrennt mit kochendem Wasser übergießen. Pilze 30 Min., Glasnudeln 4-5 Min. einweichen.

Gemüse waschen und klein schneiden. In einem Topf Gemüse und kleingeschnittene Pilze mit der Gemüsebrühe aufkochen. Die Suppe bei niedriger Temperatur etwa 7 Min. fortgaren.

Mit Sherry, Sojasauce, Essig und Sambal Oelek scharf abschmecken und Nudeln dazu geben.