

Taiwanische Rindfleisch Nudelsuppe



- 600g Rindfleisch (Beinscheibe, Schaufelbug oder Rinderbrust)
- Öl zum Braten
- 2 Stück Ingwer, daumengroß
- 3 Knoblauchzehen
- 2 Frühlingszwiebeln
- 1 große Chilischote
- 1 mittlere Tomate
- 1 Karotte
- 1 EL Zucker
- 1 EL Chili Bohnen Paste
- 4 EL Shaoxing-Reiswein
- 4 EL Helle Sojasauce
- 2 EL Dunkle Sojasauce
- 0.5 TL Szechuan Pfefferkörner
- 0.25 TL 5-Gewürze-Pulver
- 1 Sternanis
- 2 Pak Choi
- 250g chinesische Weizennudeln

1.

Das Fleisch unter fließendem Wasser waschen, trockentupfen und in 4cm große Würfel schneiden.

Ingwer schälen und in 4-5 Scheiben schneiden.

Knoblauch schälen und mit dem Messerrücken quetschen.

Die Frühlingszwiebeln putzen und grob hacken, die Hälfte zur Seite legen.

Die Chilischote waschen, längs aufschneiden und die Kerne entfernen.

Die Tomate waschen und grob hacken, dabei den Stielansatz entfernen.

Die Karotte schälen und in Scheibchen schneiden.

2.

In einem Schmortopf mit dickem Boden 2 Esslöffel Öl auf mittlerer Stufe erhitzen, das Fleisch darin anbraten. Nach 2-3 Minuten wenden und von der anderen Seite bräunen.

Herausnehmen und beiseite stellen.

Ingwer, Knoblauch, Frühlingszwiebeln, Chilischote, Tomate und Karotte in den Topf geben, kurz anbraten und auf kleiner Stufe 3-4 Minuten schmoren, bis das Gemüse weich ist.

1 Esslöffel Zucker hinzugeben und unter Rühren auflösen.

Das Fleisch, 1 Esslöffel Chili-Bohnen-Soße und 4 Esslöffel Reiswein hinzugeben. Vorsichtig umrühren und 1 Minute weiterköchelnd lassen.

4 Esslöffel helle Sojasauce und 2 Esslöffel dunkle Sojasauce hinzugeben.

Mit 1,2 Liter kaltem Wasser auffüllen, zum Kochen bringen und mit einem Sieblöffel abschäumen. Die Hitze herunterdrehen, sodass die Suppe nur noch simmert.

Szechuanpfeffer, 5-Gewürze-Pulver, Sternanis und ½ Teelöffel Salz hinzugeben und umrühren.

Einen Deckel aufsetzen und bei kleiner Hitze 2-3 Stunden simmern lassen bis das Fleisch weich gegart ist. Dabei zwischendurch immer wieder gegebenenfalls Wasser nachfüllen.

3.

4 Suppenschalen vorwärmen.

Einen Topf mit Wasser für die Nudeln aufsetzen und zum Kochen bringen.

Den Pak Choi waschen und putzen. Im Kochwasser den Pak Choi einige Sekunden blanchieren, mit einem Sieblöffel herausnehmen und in kaltem Wasser abschrecken. Grob hacken.

Die Nudeln nach Packungsanleitung kochen, abgießen und auf die Suppenschalen verteilen.

Die Suppe mit Salz abschmecken, sie kann ruhig kräftig sein, da die Nudeln nicht gesalzen sind.

Fleisch, Gemüse und Brühe über die Nudeln geben, mit den Frühlingszwiebeln bestreuen und servieren.