



Pho

Eine traditionelle Suppe der vietnamesischen Küche

Zutaten:

Für die Brühe / Suppe:

- 4 Liter kräftige Rinderbrühe
- 6-7 Zehen frischer Knoblauch
- 1 große Ingwer-Knolle
- 8 Anis Sterne
- 3 lange Zimtstangen
- 10 getrocknete Nelken
- 3 Kardamom Kapseln

Als Beilage für die Suppe:

- 600 g Reismudeln
- 400 g gutes Rindfleisch, z.B. Hüfte oder Entrecote
- 1 Bund Koriander
- 1 Bund Thai Basilikum
- 1 Bund Minze
- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- 1 kleine Tüte Mungobohnensprossen
- 3 kleine rote Chilis
- 2 Limetten
- Soßen nach Belieben, z.B. Sriracha Soße, Fischsoße, Hoisin Soße

Zubereitung:

Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“

Gewürze vorbereiten:

Knoblauchzehen schälen und leicht andrücken. Ingwer schälen und längs halbieren. Sternanis, Zimt, Nelken und Kardamom in einer kleinen Pfanne kurz ohne Fett rösten, bis sie aromatisch duften.

Brühe ansetzen:

Die Rinderbrühe in einen großen Topf geben. Knoblauch, Ingwer und die gerösteten Gewürze hinzufügen. Alles aufkochen und dann bei niedriger Hitze 30–45 Minuten leicht köcheln lassen, damit sich die Aromen entfalten.

Reisnudeln vorbereiten:

Die Reisnudeln nach Packungsanleitung zubereiten (meist in heißem Wasser einweichen oder kurz kochen). Anschließend abtropfen lassen.

Rindfleisch vorbereiten:

Das Rindfleisch sehr dünn aufschneiden. Für traditionelle Phở wird das rohe Fleisch später in der heißen Brühe gegart.

Kräuter und Beilagen vorbereiten:

Koriander, Thai-Basilikum, Minze und Frühlingszwiebeln waschen. Kräuter grob zupfen bzw. in feine Ringe schneiden. Mungobohnensprossen abspülen. Chilis in feine Ringe schneiden. Limetten halbieren.

Suppe servieren:

Die Reisnudeln auf Suppenschalen verteilen.

Dünne Rindfleischscheiben darauflegen.

Die heiße Brühe darüber gießen, sodass das Fleisch leicht gart.

Mit frischen Kräutern, Sprossen, Chilis und Limettensaft nach Geschmack garnieren.

Nach Belieben mit Sriracha, Fischsoße oder Hoisin-Soße verfeinern.