

Sendungsdokument „Silvia kocht“

Fotocredit: Simeon Baker



Dönjang Suppe

Köchin: Sohyi Kim

Zutaten

(4 Personen)

- 3 EL koreanische Miso Paste (Miso = vergorene Sojabohnen)
- 600 ml Wasser (alternativ: Rindsuppe, Fischsuppe oder Gemüsesuppe)
- 5 grüne Pfefferoni
- 5 rote Pfefferoni (scharf)
- 1 mittelgroße Zwiebel
- 1 kleiner Chinakohl
- 1 Zucchini
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Stk. Tofu
- Salz

Zubereitung

1. Für die Suppe zuerst das Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Währenddessen die Zwiebel schälen und in dünne Scheiben schneiden. Den Chinakohl vom Strunk befreien und in 2 cm breite Stücke schneiden, die Zucchini der Länge nach vierteln und in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden.
 2. Sobald das Wasser kocht, das geschnittene Gemüse dazugeben und etwa 5 Minuten köcheln lassen. Danach die Knoblauchzehen in feine Scheiben schneiden und den Tofu in 1 cm große Würfel schneiden. Beides in den Topf dazugeben und mit etwas Salz abschmecken.
 3. Zum Schluss den Topf vom Herd nehmen und die koreanische Miso Paste einrühren. Die roten und grünen Pfefferoni in 1 cm dicke Scheiben schneiden und je nach Geschmack in die Suppe geben. Die Suppe in einem tiefen Teller servieren und genießen.
- Tipp: Da sich wichtige, gesunde Bakterien in der Miso Paste befinden, soll sie nicht mehr stark mitkochen, um die verdauungsfördernden Bakterien zu erhalten.