

Leichte Miso-Suppe mit Pilzen – ein Rezept von Franz Keller



Die Miso-Suppe ist ein Klassiker der japanischen Küche. Sie wird sowohl als Vorspeise als auch als Teil des Hauptgerichtes und traditionell in Japan – was für unseren europäischen Gaumen etwas gewöhnungsbedürftig ist – zum Frühstück serviert. Grundlage der Miso-Suppe stellt eine Brühe aus Misopaste dar, die aus Sojabohnen hergestellt wird. Bei den veganen Varianten wird auf die zusätzliche Zugabe von Dashi, einem Fischsud, verzichtet.



Zutaten für 4 Personen:

- 30 g Misopaste
- ½ Liter Wasser
- 1 cm Ingwerwurzel
- 2 Karotten
- 2 Frühlingszwiebeln
- 3 Kräuterseitlinge
- 3 Champignons

Zubereitung (ca. 15Minuten):



Schritt 1:

Das Wasser erwärmen und die Miso-Paste einrühren. Den Ingwer fein hacken, in die Suppe geben und alles zusammen kurz aufkochen lassen.



Schritt 2:

Die Karotten schälen und in feine Streifen (Julienne) schneiden. Die Frühlingszwiebeln sowie die Pilze fein schneiden.



Schritt 3:

Das Gemüse in die Suppe geben und eventuell mit etwas Salz abschmecken. Nochmals kurz erwärmen, jedoch nicht mehr kochen lassen und servieren.

Guten Appetit!

[Rezept: Leichte-Miso-Suppe-mit-PilzenHerunterladen](#)

Weitere leckere Suppen-Rezepte:

- [Schlutzkrampfensuppe](#) – ein Rezept von Herbert Hintner
- [Kreative Suppenideen von Sevenscooks](#)
- [Tomatensuppe mit geröstetem Ciabattabrot](#) – ein Rezept von Anna Matscher
- [Kichererbsencrèmesuppe mit Kreuzkümmel](#) – ein Rezept von Martin Fauster
- [Hühnersuppe](#) – ein Rezept von Eckart Witzigmann

Diese und weitere tolle Rezeptideen finden Sie auch in unserer kostenfreien App [„HealtFood“](#).