

# Pikante Chinasuppe

Ausländische Küche » Asiatische Küche » Vor-Suppen

## Zutaten (8 Personen)

- » 4 Möhre(n)
- » 2 rote Paprika
- » 2 Stangen Porree
- » 2 Dosen Bambusschösslinge
- » 500g Schweinefilet
- » 6 EL Teriyaki-Soße
- » 2 EL Öl
- » 200g Mungbohnen sprossen
- » 2l Instant-Hühner-Brühe
- » 3-4 EL Stärke
- » Salz & Pfeffer

## Bewertung



### Beschaffung

guten Supermarkt



### Kosten

11-15€



### Zubereitungszeit

bis 30min

## Zubereitung

1. Möhren in Stifte, Paprika in kleine Stücke schneiden, Porree in Ringe schneiden. Bambus in Scheiben schneiden. Filet in dünne Streifen schneiden, in 2EL Teriyakisoße marinieren.

2. Öl erhitzen, das Fleisch darin 2-3min anbraten, herausnehmen. Möhren, Paprika, Porree, Bambus- und Mungbohnen sprossen im Bratfett andünsten. Mit übriger Teriyakisoße und Hühnersuppe ablöschen. Aufkochen lassen.

3. Stärke in kaltem Wasser glatt rühren. In die Suppe rühren und kurz aufkochen lassen. Fleisch in der Suppe erhitzen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Nährwerte: 190kcal/E20g/F7g/KH12g pro Portion

angelegt am: 22.02.2005

Rezept-Nr: 1559

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke