

GATCH GAP REZEPTE

Schnelle Tofusuppe Zubereitungszeit 15 min | 2 Personen



FOLLOW | COMMENT | LIKE



WWW.GATCHGAP.DE

Zubereitung

- Catchcap auf den großen Topf
- Die Zwiebeln und den Knoblauch in Sesamol anbraten, bis sie weich sind.
- Karotten und Shiitake-Pilze hinzufügen und weitere 5 Minuten kochen lassen.
- Gemüsebrühe und Sojasauce hinzufügen und zum Kochen bringen
- Tofuwürfel hinzufügen und 5-7 Minuten kochen lassen.
- Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Frühlingswiebeln garnieren.

Zutaten

- 4 Tassen
 - 1 Block
 - 1
 - 1/2
 - 1
 - 1/2 Tasse
 - 1 EL
 - 1 EL
 - 2 EL
 - 1 EL
 - Salz & Pfeffer
- Gemüsebrühe
Tofu, gewürfelt
Karotte, in Scheiben geschnitten
Zwiebel, gehackt
Koblauchzehen, gehackt
Shiitake-Pilze, gehackt
Sojasauce
Ingwer, gehackt
Frühlingswiebeln, gehackt
Sesamolöl

Das Catch Cap Team wünscht Guten Appetit !!!



CATCH CAP

London & Umgebung