Suppe sauer-scharf
Tūng zhī yòu suūn yòu là

Sauer-scharfe Suppe (Tūng zhī yòu suūn yòu là), auch bekannt als Suan La Tang, ist ein beliebtes chinesisches Gericht, das für seine intensive Mischung aus sauren und scharfen Aromen bekannt ist. Der Geschmack entsteht durch die Kombination von Essig und Pfeffer, die der Suppe ihre charakteristische Säure und Schärfe verleihen.
Zusätzlich enthält die Suppe oft Tofu, Bambussprossen, Pilze und manchmal Fleisch, was ihr eine vielseitige Textur und Tiefe verleiht. Die Suppe ist nicht nur herzhaft und würzig, sondern auch nahrhaft und sättigend.

Herkunft: China
Kategorie: Vorspeisen, Suppen

Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 15 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
100 g Tofu
20 g Kartoffelmehl
20 ml Wasser
100 g Schweinefleisch
50 g Bambussprossen
50 g Mu-Err-Pilze eingeweicht
½ Paprika rot
3 Ei(er)
1 ½ Liter Fleischbrühe
60 ml Essig
60 ml Sojasauce hell
4 g Salz
4 g Glutamat
4 g Pfeffer
1 EL Chinalauch
1 TL Sesamöl

Vorbereitung
Die Mu Err Pilze in heißem Wasser einweichen, waschen und in Streifen schneiden. Den Tofu, das Schweinfleisch, Bambussprossen und Rotpaprika in Streifen von 4 cm Länge und 3 mm Breite schneiden. Die Eier rühren.

Zubereitung
Die Speisestärke in 20 ml Wasser anrühren und beiseite stellen. Die Brühe in einen Topf geben, aufkochen lassen. Tofu, Schweinfleisch, Bambussprossen, Mu Err Pilze, Rotpaprika, Essig, Sojasauce, Pfeffer, Salz und Glutamat zugeben, nochmals aufkochen lassen und gleich abschäumen. Die in Wasser angerührte und beiseite gelegte Speisestärke langsam zugeben, gleichzeitig topfrühren, damit keine Klößchen gebildet werden. Das gerührte Ei langsam zugeben, gleichzeitig langsam topfrühren, damit kleine Stückchen gebildet werden. Zum Schluss

© 2026 coquina.de

Schnittlauch und Sesamöl zugeben, alles kurz rühren und dann heiß servieren.

© 2026 coquina.de