



## Zwei japanische klare Suppen

### Sumashi-jiru

Sumashi-jiru ist eine traditionelle japanische klare Suppe, die auf einer Dashi-Brühe basiert. Der Name setzt sich aus »sumashi« (klar) und »jiru« (Suppe) zusammen. Diese Suppe wird mit Salz und Sojasauce gewürzt und oft mit Zutaten wie Kamaboko (Fischkuchen), Shiitake-Pilzen, Mitsuba (japanische Petersilie) und Fu (Weizengluten) serviert.

Die Schönheit von Sumashi-jiru liegt in ihrer Einfachheit und der Fähigkeit, die delikaten Aromen der Dashi-Brühe hervorzuheben. Sie wird nicht nur im Alltag, sondern auch bei besonderen Anlässen genossen.

Herkunft: Japan

Kategorie: Vorspeisen, Suppen

Vorbereitungszeit: 5 Minuten

Zubereitungszeit: 30 Minuten

### Zutaten für 4 Portionen

#### Suppe 1

100 g Hähnchenfleisch

1 TL Sake

1 TL Sojasauce

40 g Sömen (Weizennudeln)

2 Okra

#### Suppe 2

100 g Hähnchenfleisch

1 Prise Salz

2 EL Sake

1 EL Kartoffelmehl

1 Karotte(n)

30 g Rettich

30 g Blattspinat

#### Für die Grundbrühe

3 ½ Tasse(n) Dashi

½ TL Salz

1 TL Sojasauce

### Vorbereitung

Die Grundbrühe vorbereiten und mit Salz und Sojasauce abschmecken.

### Zubereitung

#### Suppe 1

Die Hühnerbrust ca. 10 Minuten in Sake und Sojasauce marinieren. Sömen nach Packungsanleitung kochen. Okra putzen und in dünne Ringe schneiden. Die Hühnerbrust in einem Topf in Öl kurz anbraten. Etwas Wasser hinzufügen, den Deckel auflegen und garen. Kurz abkühlen lassen und Hühnerbrust mit den Händen fein zerpfücken. Das Fleisch, Sömen und

Okura auf vier kleine Schälchen verteilen. Mit heißer Brühe auffüllen.

## Suppe 2

Die Hühnerbrust salzen und 10 Minuten in Sake einlegen. Schräg in mundgerechte Stücke schneiden. Diese in Kartoffelmehl wälzen. Den Rettich und Möhren putzen und in 3 mm dünne Scheiben schneiden (z. B. Blümchenform). Die Fleischstücke, den Rettich, die Möhren und etwas Blattspinat in einem Topf mit Deckel dämpfen. Alle Suppeneinlagen auf vier Schälchen verteilen und mit heißer Brühe übergießen.