

REZEPT 7

BÛN RIÊU – VIETNAMESISCHE SUPPE MIT KRABBFLEISCH

Bún riêu ist eine traditionelle vietnamesische Suppe aus klarer Brühe und Reisnudeln. Es gibt verschiedene Sorten von bún riêu, darunter bún riêu cua, bún riêu cá und bún riêu ốc. Bún riêu cua ist die bekannteste Variante. Durch die leicht saure Geschmacksnote der Brühe und die Frische der Kräuter ist bún riêu eine der beliebtesten Suppe Vietnams.

Zutaten

- 1 Dose Krebsfleisch
- 1 Dose Mince Crab „bún riêu“ Würzpaste
- 2 Eier
- 50 g Schweinehackfleisch
- 2 mittelgroße Tomaten
- 1 Schalotte
- Fischesauce
- Öl zum Braten
- 4 Stängel Frühlingszwiebeln
- 2 EL gerösteter Reis (Mè)
- Pfeffer, Zucker
- 2 EL Tomatenmark
- 1 Bund Wasserspinat
- 1 Kräuterteller (Thaibasilikum, Koriander, langer Koriander, rote Perilla)
- 150 g Reisnudeln „bún“
- 4 EL frittierte Schalotten
- 1 TL „mam tom“ Shrimps Paste
- 2 Chili
- 1 Limette
- 1L Wasser
- 1 Block Tofu



Zubereitung

1. Den Saft des Krebsfleischs abgießen. Das Fleisch zusammen mit der „bún riêu“ Würzpaste, Eiern und dem Schweinehackfleisch gut vermischen. Die Reisnudeln nach Packungsangabe kochen, abgießen und mit kaltem Wasser überbrausen.
2. Die Schalotte schälen und fein hacken, dabei eine Pfanne mit etwas Öl heiß werden lassen und die Schalotten braun anbraten. Die Fleisch-Ei-Masse dazugeben und durchbraten.
3. Tomaten waschen und vierteln. Die Frühlingszwiebel in 3 cm große Stücke schneiden. Den Tofu in kleine Würfel schneiden, abtupfen und goldbraun anbraten. Chili in dünne Scheiben schneiden. Limette waschen und in kleine Stücke schneiden.
4. Topf mit etwas Öl erhitzen, das Tomatenmark kurz anbraten, mit Wasser ablöschen und aufkochen. 2 EL gerösteter Reis mit 4 EL Wasser vermengen und durch ein Sieb dazu geben. Den Inhalt der Pfanne mit den Tomaten zur Brühe hinzugeben und auf kleinster Hitze köcheln lassen, bis sich die Aromen verbinden. Mit Fischesauce, Pfeffer, mam tom und einer Prise Zucker abschmecken. Die frittierten Tofustückchen und Tomaten in die Brühe dazugeben.
5. Die restlichen Frühlingszwiebeln quer in feine Ringe schneiden. Den Wasserspinat waschen und in feine Streifen schneiden. Die Kräuter waschen und trockenschütteln. Den langen Koriander und die Blätter der roten Perilla mit einer Schere in feine Streifen schneiden. Vom Koriander und Thaibasilikum die Blätter von den Zweigen lösen.

Den Salat, die Frühlingszwiebeln, Kräuter, Limettenstücke und das Chili auf einem separaten Teller aufschichten.

6. In die vorgewärmten Suppenschalen die Reismudeln verteilen, darauf ein Stück der Krabbenmasse legen und die heiße Suppe darübergießen und mit den frittierten Schallotten bestreuen und servieren. Den Salat und die Kräuter tunkt man beim Essen in die Suppe hinein.

Tipp:

Zu bún riêu darf Morning Glory (Wasserspinat) nicht fehlen. Alternativ kann man natürlich auch Eisbergsalat nehmen. Die Brühe schmeckt noch kräftiger, wenn man anstatt Wasser, selbst gemachte Gemüsebrühe nimmt.

Gerösteter Reis (Mè) Zubereitung:

Herd auf höchste Stufe stellen und eine beschichtete Pfanne darauf heiß werden lassen, dann den Reis hinzugeben. Im Verlauf die Hitze reduzieren und den Reis so lange umrühren, bis er goldbraun ist. Der Reis nun abkühlen lassen. Danach in einem Mörser zu Pulver zermahlen. Mè kann man sehr gut zum Würzen von Fleisch nehmen. Es ergibt ein schmackhaftes Raucharoma.

HAT ES IHNEN GESCHMECKT ODER HABEN
SIE EINE IDEE FÜR EINE VERFEINERUNG?
SCHREIBEN SIE UNS...

MUI Doan GmbH
Asiatische Lebensmittel
Erlenstraße 86
47055 Duisburg

info@cho-mui.de
www.cho-mui.de



Mehr Infos zu Chợ MUI