

# Veggie-Ramen mit Tofu

**Zutaten:** für 4 Personen

3 Möhren  
1 Stück (ca. 30 g) Ingwer  
3 Knoblauchzehen  
7 Stangen Staudensellerie  
2 rote Chilischoten  
500 g Shiitake-Pilze  
1 l Gemüsebrühe  
1 EL Erdnusscreme  
200 g Tofu  
1 EL BUTARIS Butterschmalz  
Salz  
400 g Ramen-Nudeln  
3–5 EL Essigessenz  
4 Eier (Größe M)  
1 Beet Daikon-Kresse



## Zubereitung:

1. 2 Möhren, Ingwer und Knoblauch schälen. Vorbereitete Zutaten kleinschneiden. 5 Stangen Sellerie putzen, waschen und in Stücke schneiden. 1 Chilischote längs aufschneiden, entkernen und in Ringe schneiden. 250 g Shiitake-Pilze putzen. Brühe in einem Topf aufkochen. Vorbereitetes Gemüse, Ingwer, Knoblauch, Chiliringe und Pilze darin zugedeckt ca. 1 Stunde köcheln lassen. Ca. 5 Minuten vor Ende der Garzeit Erdnusscreme einrühren.
2. Inzwischen 1 Möhre schälen und in Stifte schneiden. 2 Stangen Sellerie putzen, waschen und in Stifte schneiden. 1 Chilischote längs aufschneiden, entkernen und in Ringe schneiden. Tofu in Würfel schneiden. 250 g Shiitake-Pilze putzen. BUTARIS Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Pilze darin andünsten. Mit Salz würzen. Brühe durch ein Sieb gießen, auffangen und in einen Topf geben. Gemügestifte, Chiliringe, Tofuwürfel und gedünstete Pilze zufügen, erwärmen.
3. Nudeln in kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung zubereiten. 1 l Wasser und Essig in einem hohen Topf aufkochen. Eier einzeln nacheinander in einer Tasse aufschlagen, in das siedende Wasser gleiten lassen und ca. 3 Minuten garen. Dabei das Eiweiß mithilfe von Esslöffeln vorsichtig an das Eigelb drücken. Eier mit einer Schaumkelle aus dem Essigwasser heben.
4. Nudeln abgießen. Mit der Gemüsebrühe und den pochierten Eiern anrichten. Kresse vom Beet schneiden und darüber streuen.

**Zubereitungszeit:** ca. 1 1/4 Stunden



**Nährwerte:** pro Portion ca.

Fett	12 g
Kohlenhydrate	96 g
Eiweiß	24 g
Brennwert	590 kcal / 2.470 kJ

Abdruck honorarfrei/ Abdruck nur mit Nennung von BUTARIS Butterschmalz in Zutatenliste/  
Belege erbeten

Bildnachweis: © BUTARIS/ House of Food