1A+1B

Vegetarisch

Nudelsuppe mit Grünkohl und Champignons

Zubereitungszeit
30 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

1. Die Nudeln ca. 10 Minuten in reichlich Wasser kochen. In einem anderen Topf die Brühe aufkochen und Grünkohl und Champignons hinzufügen. Ca. 15 Minuten sanft kochen. Das Olivenöl in einem Wok erhitzen und die Tofuwürfel goldbraun braten. Die Nudeln abgießen und zusammen mit dem Tofu und der Sojasoße zur Brühe geben. Noch 2 Minuten sanft köcheln lassen. Mit Frühlingszwiebelringen garnieren.

Zutaten

- [ ] 1 Beutel PS. food & lifestyle noodles
- [ ] 40-50 g Tofu in Würfeln
- [ ] 250 ml Rinderbrühe
- [ ] 50 g Grünkohl
- [ ] 150 g Champignons in Scheiben
- [ ] 1 Stange Frühlingszwiebel in Ringen
- [ ] 1 EL Kikkoman Sojasoße
- [ ] 1 EL Olivenöl

Nährwerte pro Person

Energie	**293 kcal**
Kohlenhydrate	**8 g**
Fett	**15 g**
Eiweiß	**29 g**