

Vietnamesisch: Suppentopf mit Rind und Reisnudeln

In Vietnam liebt man Suppen – man isst sie zu jeder Zeit, sobald man Hunger hat, gerne auch mitten in der Nacht. Grundlage ist Rind; Martina und Moritz nehmen ein Stück aus dem Bug oder aus dem Brustkern. Unbedingt beachten: Den Eintopf nicht richtig kochen, denn das Ganze soll nur sanft garziehen.



Zutaten für 8 bis 10 Personen:

- 2 kg Bug, Brustkern oder Hüfte vom Rind
- 1 EL Speisestärke
- ca. 2-3 l Wasser
- 1 TL Zucker
- 3-4 EL Fischsauce
- 2 Zwiebeln
- 2-3 Chilischoten (nach Gusto milde oder scharfe)
- 1-2 Zitronengraskolben
- 2 daumenlange Stücke Ingwer
- 3-4 Knoblauchzehen
- 1-2 EL Erdnussöl
- 1 TL Sesamöl
- 1 Möhre
- 1 Pastinake
- 1 Lauchstange
- 5-6 Bleichselleriestangen
- 1 Frühlingszwiebel
- 500 g Sojakeime
- 1 Salatgurke
- 500 g Reisnudeln (auch Glasnudeln)
- 2 Köpfe Salatherzen
- 1 Bund Koriandergrün
- 1 Bund Thaibasilikum
- 1 Bund Minze
- 1-2 Limetten oder Zitronen

Zubereitung:

- Das Fleisch in mundgerechte Würfel schneiden, etwa 2 bis 3 Zentimeter groß. Mit Stärke und Fischsauce vermischen und eine halbe Stunde marinieren. In der Zwischenzeit Zwiebel und Ingwer fein würfeln. Zitronengras in größere Stücke zerteilen

(damit man sie später besser rausfischen kann, da die nicht zum Verzehr geeignet sind). Knoblauch schälen und fein würfeln.

- Im großen Topf beide Ölsorten erhitzen, das Fleisch darin anbraten, am besten portionsweise. Wenn die letzte Portion angebraten ist, etwas Platz am Topfboden schaffen und dort den Zucker leicht karamellisieren lassen.
- Dann Zwiebeln, Ingwer und Knoblauch zufügen, salzen, pfeffern und knapp mit Wasser bedecken. Aufkochen, dann zugedeckt unter dem Siedepunkt leise ziehen lassen, bis das Fleisch schön zart und weich ist. (Je nach Fleischsorte, ob mehr oder weniger Sehnen, 30 bis 60 Minuten.)
- Möhre und Pastinake schälen, auf dem Gemüsehobel in feine Streifen schneiden. Lauch aufschlitzen, gründlich waschen, quer in schmale Ringe schneiden. Beim Bleichsellerie, wenn nötig fädeln, die Blätter beiseitelegen, die Stiele quer ebenfalls fein schneiden. Am Ende in den Suppentopf geben und weitere 10 Minuten garziehen lassen.
- Nun die Reismudeln mit heißem Wasser bedecken und einweichen.
- Jetzt die rohen Bestandteile vorbereiten und klein schneiden: Frühlingszwiebel, Bleichsellerieblätter, Salatblätter, Gurke schälen und in Streifen schneiden, Sojakeime und Kräuter waschen und von den Stielen zupfen. Diese Zutaten zu Häufchen geordnet auf einer großen Platte bereitstellen: Sie sind die frische Einlage für den "One Pot", aber kommen erst am Tisch hinein.
- Zum Schluss kräftig abschmecken, vor allem mit Fischsauce, frische fein gewürfelte Chili und Zitronen- oder Limettensaft (man kann diese auch erst am Tisch in seine eigene Schüssel geben).

Und so wird serviert: Man häuft sich nach Belieben in Suppenschalen von den Reismudeln, Kräutern, Gurke und anderen Zutaten und füllt mit der Schöpfkelle Brühe und Fleisch auf.