

# Portugiesische Caldo Verde mit Räuchertofu

Gesamtzeit **30 Min.** 10 Min. Vorbereitungszeit 20 Min. Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):  
**1'627 kJ / 390 kcal**

Fett: **21.5 g** Eiweiss: **16.5 g**  
Kohlenhydrate: **30.9 g**

## ZUTATEN

2 Portion(en)

**1** kleine Zwiebel  
**1** Knoblauchzehe  
**1 TL** Kikkoman geröstetes Sesamöl  
**300 g** Kartoffeln  
**1** Lorbeerblatt  
**500 ml** Wasser  
**2 EL** Kikkoman Konzentrierte Ramen Suppenbasis - Shoyu (Sojasauce) Geschmack  
**150 g** frischer Federkohl (alternativ: TK)  
**100 g** Räuchertofu  
**1 TL** Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce  
**Zusätzlich:**  
**2 EL** Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce  
Pfeffer aus der Mühle  
Muskatnuss  
**1 TL** Kikkoman geröstetes Sesamöl  
**2 TL** Röstzwiebeln

## ZUBEREITUNG

### Schritt 1

**1** kleine Zwiebel - **1** Knoblauchzehe - **1 TL** Kikkoman geröstetes Sesamöl - **300 g** Kartoffeln - **1** Lorbeerblatt  
Zwiebel würfeln, Knoblauch fein hacken und beides in erhitztem Kikkoman Sesamöl in einem Topf andünsten. Kartoffeln in Würfel schneiden und zusammen mit Lorbeer dazugeben und ebenfalls andünsten.

### Schritt 2

**500 ml** Wasser - **2 EL** Kikkoman Konzentrierte Ramen Suppenbasis - Shoyu (Sojasauce) Geschmack  
Wasser und Kikkoman Ramen Suppenbasis angiessen, aufkochen und ca. 15 Minuten köcheln lassen. Das Lorbeerblatt herausnehmen. Die Suppe pürieren – sie sollte sehr cremig, aber noch relativ dünnflüssig sein.

### Schritt 3

**150 g** frischer Federkohl (alternativ: TK)  
Federkohl in möglichst feine Streifen schneiden (alternativ: auftauen), in die Suppe einrühren, aufkochen und abgedeckt 3-5 Minuten garen.

### Schritt 4

**100 g** Räuchertofu - **1 TL** Kikkoman geröstetes Sesamöl **1 TL** Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce  
Tofu in Würfel schneiden. In einer kleinen Pfanne in erhitztem Kikkoman Sesamöl knusprig braten und mit Kikkoman Sojasauce würzen.

### Schritt 5

**2 EL** Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce -  
Pfeffer aus der Mühle - Muskatnuss - **1 TL**  
Kikkoman geröstetes Sesamöl - **2 TL** Röstzwiebeln  
Die Suppe mit Kikkoman Sojasauce, Pfeffer und  
Muskatnuss abschmecken und in Suppentellern  
oder -bowls anrichten. Mit Kikkoman Sesamöl  
beträufeln, mit dem Tofu und Röstzwiebeln  
garnieren und servieren.