

# Tom-Yum-Goong-Hot-Pot

Gesamtzeit **40 Min.** 20 Min. Vorbereitungszeit 20 Min. Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):  
**2'730 kJ / 653 kcal**

Fett: **39 g** Eiweiss: **38 g**  
Kohlenhydrate: **40 g**

## ZUTATEN

**4 Portion(en)**

|               |                                                                                              |
|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>8</b>      | ganze Crevetten mit Kopf<br>Köpfe und Schalen der<br>Crevetten                               |
| <b>20 g</b>   | Ingwer                                                                                       |
| <b>600 ml</b> | Wasser                                                                                       |
| <b>1</b>      | rote Chilischote                                                                             |
| <b>300 g</b>  | Chinakohl                                                                                    |
| <b>1</b>      | Zwiebel                                                                                      |
| <b>2</b>      | Stangensellerie                                                                              |
| <b>8</b>      | Cherrytomaten                                                                                |
| <b>10 g</b>   | getrocknete Judasohr-<br>Pilze                                                               |
| <b>150 g</b>  | Bambussprossen, in<br>Wasser eingelegt                                                       |
| <b>40 g</b>   | Koriander                                                                                    |
| <b>400 g</b>  | Pouletbrust                                                                                  |
| <b>100 g</b>  | Glasnudeln                                                                                   |
| <b>400 ml</b> | Kokosmilch                                                                                   |
| <b>90 ml</b>  | <u>Kikkoman Ponzu -<br/>Würzsauce mit Sojasauce<br/>und Essig, mit<br/>Zitronengeschmack</u> |
| <b>60 ml</b>  | Chiliöl                                                                                      |

## ZUBEREITUNG

### Schritt 1

**8** ganze Crevetten mit Kopf - Köpfe und Schalen der Crevetten - **20 g** Ingwer - **600 ml** Wasser - **1** Chilischote  
Crevetten waschen. Köpfe und Schalen entfernen und für die Bouillon beiseitestellen. Mit einem kleinen Messer einen flachen Schnitt entlang des Rückens jeder Crevette machen und den Darm entfernen. Ingwer in dünne Stifte schneiden. Chilischote fein hacken, falls ein schärferer Geschmack gewünscht ist. Die Crevettenköpfen und -schalen in einen grossen Topf geben und bei mittlerer Hitze so lange trocken anrösten, bis die Schalen leuchtend rosa werden und leicht am Topfboden anzuhaften beginnen. Wasser, den Ingwer und die Chilischote hinzufügen. Zum Kochen bringen und ca. 10 Minuten köcheln lassen, dabei den an die Oberfläche steigenden Schaum abschöpfen.

### Schritt 2

**300 g** Chinakohl - **1** Zwiebel - **2** Stangensellerie - **8** Cherrytomaten - **10** getrocknete Judasohr-Pilze - **150 g** Bambussprossen, in Wasser eingelegt - **40 g** Koriander - **400 g** Pouletbrust - **100 g** Glasnudeln  
Chinakohl, Stangensellerie, Cherrytomaten und Koriander gründlich waschen. Den Chinakohl in mundgerechte Stücke schneiden. Zwiebel schälen und in dünne Spalten schneiden. Eventuell harte Fäden vom Stangensellerie entfernen und die Stangen schräg in Scheiben schneiden. Die Cherrytomaten halbieren.  
Pilze kurz abspülen und in reichlich Wasser einweichen, bis sie weich sind. Grössere Pilze in mundgerechte Stücke zerteilen. Bambussprossen

in dünne Scheiben schneiden. Den Koriander grob hacken. Pouletbrust in dünne Scheiben schneiden. Glasnudeln gemäss Packungsanleitung in Wasser einweichen.

### **Schritt 3**

**400 ml** Kokosmilch - **90 ml** Kikkoman Ponzu - Würzsauce mit Sojasauce und Essig, mit Zitronengeschmack - **60 ml** Chiliöl

Die Crevettenbouillon durch ein feines Sieb passieren und zurück in den Topf geben.

Kokosmilch, Kikkoman Ponzu Zitrone und Chiliöl hinzufügen. Leicht zum Kochen bringen.

### **Schritt 4**

Den Chinakohl, die Zwiebel, den Stangensellerie, die Cherrytomaten, die Judasohr-Pilze und die Bambussprossen in die Bouillon geben. Zum Kochen bringen und garen, bis das Gemüse weich wird. Die Pouletbrust und die Crevetten hinzufügen. Kochen, bis das Pouletfleisch gar ist und die Crevetten rosa und undurchsichtig werden. Mit Koriander bestreuen.

### **Schritt 5**

Die Glasnudeln in die Bouillon geben und 1–2 Minuten kochen lassen, bis sie weich sind. Die Suppe servieren.