

# Zucchini-Ramen mit mariniertem Ei und Shiitake

## Zutaten für das Ei (für 4 Personen):

- 4 Eier
- 180 ml Sojasoße
- 50 ml Sake
- 1 Zehe Knoblauch
- 1 Stück geriebener Ingwer
- 1 TL Ahornsirup

Die Eier etwa 7 Minuten wachweich kochen. Knoblauch schälen und hacken. Mit den restlichen Zutaten in einem kleinen Topf zusammen aufkochen und auskühlen lassen. Anschließend die Eier pellen, in den Fond geben und über Nacht marinieren. Die Eier lassen sich auch gut zwei Tage vorher marinieren.

## Zutaten für die Suppe:

- 200 g Seidentofu
- 50 ml (für den Tofu) Sojasoße
- 800 ml Gemüsebrühe
- 100 ml Sojasoße
- 2 Zehen Knoblauch
- 1 Stück Ingwer
- 1 Chilischote
- 100 g Shiitake
- etwas Sesamöl
- 1 Limette
- 2 Zucchini
- 2 rote Zwiebeln
- etwas Essig
- etwas Pflanzenöl
- Salz
- 1 Bund Koriander
- 1 EL geröstete helle Sesamkörner

Tofu würfeln und 1 Stunde in Sojasoße einlegen. Knoblauch schälen, Chilischote putzen, Ingwer schälen und alles fein schneiden. Shiitake in feine Streifen schneiden. Die Brühe in einem Topf mit Sojasoße, Knoblauch, Ingwer, Chili, Shiitake und Sesamöl erwärmen. 1 Spritzer Limettensaft dazugeben. Die Zucchini entweder in lange Streifen schneiden oder mit dem Spiralschneider in Nudelform drehen.

Zwiebeln schälen, klein schneiden und separat in einer kleinen Pfanne in etwas Pflanzenöl anschwitzen. Mit Essig ablöschen, etwas salzen und beiseitestellen. Die Zucchini kurz in der Brühe ziehen lassen.

Sendung/Quelle: Iss besser!

Sendetermin: 22.09.2024

Koch/Köchin: Tarik Rose

Weitere Rezepte und Tipps auf: [www.ndr.de/kochen](http://www.ndr.de/kochen)