



RAMEN-SUPPE MED NUDLER, GRØNKÅL OG INGEFÆRGLASERET INDERFILET

4 PERSONER

Krydret, mættende og varmende ramen-suppe med masser af smag. Kyllingeinderfileterne er glaseret i blandt andet ingefær og soya, og suppen er fyldt med både grøntsager og nudler. Her er altså tale om en mættende suppe, der også giver varmen med sin krydrede smag af både chili, ingefær og hvidløg. Hvis ikke alle er vilde med chili, anbefaler vi at udelade chili i suppen og i stedet servere den som ekstra drys ved siden af!

INGREDIENSER

- 400 g kyllingeinderfilet
- 2 spsk. sesamolie
- 3 spsk. soya sauce
- 2 spsk. brun farin
- 1 spsk. revet ingefær
- 1 fed presset hvidløg
- 1,5 liter hønsefond (koncentreret fond + vand)
- $\frac{1}{2}$ dl soyasauce
- 1 spsk. fishsauce
- 5 cm fintrevet ingefær
- 4 fed presset hvidløg
- 1 stilk finthakket citrongræs
- $\frac{1}{2}$ tsk. chili flager (kan serveres som tilbehør i stedet)
- 150 g nudler

TILBEREDNING

Opvarm sesamolie i en pande og steg kyllingeinderfilet et par minutter på hver side. Bland soya og brun farin godt sammen med ingefær og hvidløg. Hæld blandingen over kyllingeinderfileterne og skru ned for varmen. Lad inderfileterne simre i blandingen og vend dem et par gange for at fordele glaseringen, ca. 5 minutter i alt, indtil inderfileterne er gyldne.

Hæld hønsefond, soyasauce, ingefær, hvidløg, citrongræs og chiliflager i en gryde og bring det i kog. Skru ned for varmen og lad det simre ved lav varme 15-20 minutter. Hæld nu suppen gennem en si og varm den op i gryden igen.

Kog nudlerne efter anvisning på emballagen og anret dem i 4 skåle.

Skær shiitake svampene i mindre stykker og gulerødderne i strimler. Tilsæt svampe og gulerødder i suppen og lad den koge ca. 1 minut. Tilsæt spinat eller grønkål og sesamolie, og varm godt igennem. Fordel suppen i skålene med nudler, og læg kyllingeinderfilet på.

200 g shitake svampe

1 gulerod

150 g babyspinat eller fintsnittet grønkål

1 spsk. sesamolie

3 forårsløg

1 rød chili

1 spsk. sesamfrø

1 dl bønnespirer

Skær forårsløg og rød chili i skiver. Server suppeskåle toppet med forårsløg rød chili, sesamfrø og bønnespirer.

TIP: Suppen kan laves med forskellige grøntsager, f.eks. kan shitake svampe erstattes af champignons evt. skåret i skiver og grønkål kan erstattes af spinat. Kyllingen kan evt. skæres i mindre bidder ved servering, eller serveres på en pind, som er nem at bide af.