

„PHO“ eine herrliche Suppe aus der asiatischen Heimat der Wasserbüffel (4 Pers.)

Zubereitung Brühe:

- Insgesamt 1,5 kg Wasserbüffel Fleisch (anteilig Knochen, mit und ohne Mark, Beinscheibe etc.)
→ unter kaltem Wasser waschen
- 1 gr.Zwiebel →schälen und halbieren
- 1 Stück Ingwer → ganz lassen, schälen, Bio-Ingwer nur leicht schrappen

Das gewaschene Fleisch in einem großen Topf mit 3l Wasser zum Kochen bringen. Zwiebel und Ingwer in einer Pfanne anrösten → zum Fleisch geben. Alles bei **mittlerer Hitze 3 Std. kochen** lassen.

dann:

- 2-3 Sternanis
- 1-2 Zimtstangen
- Salz und Pfeffer

dazugeben und **1 weitere Stunde köcheln** lassen. Nach den insgesamt 4 Std. das Fleisch und die anderen Zutaten aus der Brühe nehmen. Das Suppenfleisch in mundgerechte Stücke teilen und zur Seite stellen. Die Suppe ggfs. noch einmal mit Salz und Pfeffer abschmecken.

- etwas Fischsoße → erst NACH DEM KOCHEN, zum Würzen dazugeben

Anm.: sie riecht nicht so gut, gibt aber den unvergleichlichen Geschmack!

- 1 Bund Lauchzwiebeln → in kleine Ringe schneiden
- Frische Minze, Koriander, Thaibasilikum → Blätter grob zerzupfen
- 1 Chilischote → in kleine Ringe schneiden
- 1-2 unbehandelte Limetten → achteln
- Mungo – oder andere frische Sprossen → waschen und trocknen
- 500g Reisbandnudeln → nach Packungsanleitung in Salzwasser garkochen und in einer Schüssel bereitstellen

So wird „PHO“ richtig serviert und auf einzelnen Tellern/Schälchen angerichtet

- Brühe, Fleisch, Kräuter, geachtelte Limetten, Chiliringe und Sprossen bereitstellen
- einige Reisnudeln und etwas Fleisch in den Teller /Schälchen füllen
- Zwiebelringe und Kräuter darüber geben
- jetzt mit der heißen Brühe übergießen
- einige Chiliringe darüber verteilen
- etwas Limettensaft in die Suppe drücken
- Sprossen drauf geben, leicht umrühren.....

...und genießen!

- Nach Bedarf noch mit einem Spritzer Fischsoße nachwürzen

Traditionell wird aus dem Schälchen mit Porzellanlöffel gegessen, für die Nudeln und Sprossen nimmt man Stäbchen zu Hilfe. Es schmeckt aber auch aus tiefen Tellern mit Löffel und Gabel. :)

Rezept von Frau R.P. aus Thomsdorf – vielen Dank!

Zutaten:

- Insgesamt 1,5 kg Wasserbüffelfleisch (anteilig Knochen, mit und ohne Mark, Beinscheibe etc.)
- 1 gr.Zwiebel
- 1 Stück Ingwer (daumengroß)
- 2-3 Sternanis
- 1-2 Zimtstangen
- Salz und Pfeffer
- Fischsoße , gibt es mittlerweile in jedem Supermarkt
- 500g Reisbandnudeln
- 1 Bund Lauchzwiebeln
- frische Minze, Koriander, Thaibasilikum
- 1 frische Chilischote
- 1-2 unbehandelte Limetten
- 1 gute Handvoll Mungo – oder andere frische Sprossen