

# Nudel Suppe

vegan, zuckerfrei, glutenfrei

4-6 Portionen

400 g Tofu, idealerweise aufgetaut

Tofu in wenig Öl anbraten, restliche Zutaten hinzugeben und kurz mitanbraten

2 Knoblauchzehen, gehackt

1 Zwiebel, gehackt

1 EL Currypaste, ohne Zucker

1 EL Tomatenmark, ohne Zucker

3 Tropfen Ingwersöl, z.B. von Sonnenrot

4 Süßkartoffeln

500 g Karotten

400 ml Kokosmilch

mit Kokosmilch und den restlichen

1,5 lt Gemüsebouillon

Zutaten ablöschen und abschmecken,

2 EL Limettensaft

Suppe aufkochen lassen

1 EL Erdnussmus

1 EL Sojasauce

ca. 300 g Nudeln aus Hülsenfrüchte

beigeben sobald Suppe kocht, nach Packungsanweisung gar kochen

Falls die Suppe zu dickflüssig wird, mehr Bouillon dazugeben und mit Sesam oder Toppings nach Belieben servieren.