

# PH? BÒ UND VIETNAMESISCHE FRÜHLINGSRÖLLCHEN

## PH? BÒ UND VIETNAMESISCHE FRÜHLINGSRÖLLCHEN

Ph? Bò ist eine typische vietnamesische Suppe mit Rindfleisch. Bei den Zutaten variieren alle Rezepte ein wenig - hier ist meine Version mit Shitake, Rindfleisch, Reismudeln, Bohnen, Mangetout, Ingwer, Koriander, Thai-Basilikum und Chilis. Dazu gab es ein paar vietnamesische Frühlingsröllchen. Hier habe ich mich für eine vegetarische Variante entschieden weil ja in der Suppe schon Fleisch war.



### Zutaten für die Ph? Bò (2 Personen):

1 L Rinderbouillon

1 schwarze Kardamomkapsel

4 EL Fischsauce

4 cm Ingwer

2-3 Frühlingszwiebeln

6-7 getrocknete Shitake

1 kleine Hand voll Bohnen

1 kleine Hand voll Mangetout

3 kleine rote Chilischoten

2 Anissterne

3 Pimentkörner

1/2 Zimtstange

2 Limetten

120g spaghettiartige Reismudeln

1 kleine Karotte

150g Rindersteak (hier vom Jungbullen aus der Keule)

1 kleines Bund Thai-Basilikum

1 kleines Bund Koriander

Zutaten für 6 Frühlingsröllchen:

6 Blätter Reispapier

250g Kokosfett

30g spaghettiartige Reismudeln

1 Karotte

6 Mangetout

1 Frühlingszwiebel

2 braune Champignons

1 kleine rote Chilischote

Zubereitung:

Da die Kochzeit für die Suppe an sich später eher kurz ist und auch die Frühlingsröllchen recht flott frittiert sind gilt hier das Motto: Timing ist alles!

Im ersten Schritt koche ich die Reismudeln in Salzwasser bis sie gar sind und schreke sie dann wie auf der Packungsbeilage beschrieben mit kaltem Wasser ab. Hier ist es empfehlenswert den Kopf zum Denken zu benutzen (!), auf der Packung stand nur: „Die Nudeln 3 Minuten in Wasser kochen“... hab ich also spontan so gemacht - ohne Salz - und die Nudeln sind natürlich hart geblieben... Na ja - hiermit warne ich euch vor ☹

Jetzt schneide ich den Ingwer in sehr feine Würfel und gebe ihn zusammen mit der Fischsauce, den getrockneten Shitake, Pimentkörnern, Anissternen, der Kardamonkapsel, der geachtelten Limette und der halben Zimtstange in die Rinderbouillon und lasse dort alles zusammen 15 Minuten köcheln.

Während die Suppe köchelt schneide ich die Bohnen und Mangetout in kleine Rauten, die Frühlingszwiebeln und Chilis in Ringe und die Karotten (mit Hilfe meiner neuen Mandoline) in Stifte.

Das Steak wird in dünne Streifen geschnitten und die Kräuter hacke ich schonmal fein.

Einen Teil des Gemüses und die klein geschnittenen Champignons werden jetzt in einem kleinen Schälchen mit einer Hand voll Reismudeln gemischt. Dann halte ich die Reispapierblätter nacheinander unter fließend kaltes Wasser und lege jeweils etwas Gemüse darauf. Einmal unten umschlagen, die Seiten einschlagen und fest aufrollen. Aufpassen, dass sich die Reisblätter nicht berühren. Ich habe das zu Anfang nicht ganz ernst genommen als ich es das erste Mal gelesen habe - aber sobald die Reispapierpäckchen die Möglichkeit haben aneinander festzukleben werden

sie es tun!

Während ich die 6 Frühlingsrollen aufrolle lasse ich schonmal in einer großen Pfanne das Kokosfett schmelzen.

Kurzer Sprung in Richtung Suppentopf:

Jetzt gieße ich die Suppe durch ein Sieb um die „nicht essbaren“ Bestandteile raus zu holen. Ein wenig von den Ingwer Würfelchen und natürlich alle Shitake gebe ich aber anschließend trotzdem wieder in die Suppe.

Jetzt lege ich die Frühlingsrollen vorsichtig in die große Pfanne. Aufpassen – es spritzt! Die Hitze reduziere ich auf Stufe 6 von 9. Das reicht auch wunderbar aus. Weiterhin aufpassen, dass die Röllchen nicht kuscheln – die pappen sofort aneinander fest. Wenn die Frühlingsrollen leicht gold-gelb werden wende ich sie und lasse sie von der anderen Seite noch kurz ausbacken. Auch hier wieder achtung: nach glod-gelb kommt gold-braun und danach kommt ein großes Loch. Ist mir nicht diesmal passiert, aber früher schonmal... nicht dass es nachher heißt ich hätte euch nicht gewarnt.

Wenn die Röllchen in den letzten Zügen sind gebe ich das restliche Gemüse und die Reismudeln in die Suppe. 2 Minuten köcheln lassen. Wenn alles soweit ist kommt das Rindfleisch in die Suppe. Die dünnen Fleischstreifen werden sofort gar. Jetzt wird direkt angerichtet und erst beim Anrichten kommen der fein gehackte Koriander und das Thai-Basilikum in die Suppe. Serviert wird zusammen mit zwei Frühlingsröllchen. Gegessen wird – sofort!

Probiert es aus!

