



## Pho Bo (Suppe mit Rindfleisch und Reisnudeln, Vietnam)

**Schwierigkeitsgrad: mittel**

### Zutaten für 4 Personen:

1 kg Markknochen, 1 kg Querrippe in Stücken, 1 kg Ochsenschwanz in Segmente geteilt, 800 g Rinderbrust, 2 große weiße Zwiebeln, ca. 150 g Ingwer (Bio-Qualität), 1–2 EL Erdnussöl, 8 Sternanis, 5 Zimtstangen, 5 Kardamomkapseln, 5 Gewürznelken, 1 EL Korianderkörner, Salz, brauner Zucker, 80–100 ml Fischsauce, 4 Frühlingszwiebeln, 1 große rote Zwiebel, 2–3 Handvoll gemischte asiatische Kräuter (z. B. Thaibasilikum, Koriander, vietnamesische Minze), 2 rote Chilischoten, 1–2 Biozitrone(n), 750 g Reisbandnudeln, Pfeffer aus der Mühle

### Zubereitung:

1. Markknochen und Fleischstücke waschen und abtropfen lassen. Die Markknochen in einem großen Topf mit reichlich Wasser bedecken und aufkochen. Die Fleisch- und Ochsenschwanzstücke zufügen, alles kurz blanchieren, abgießen, abbrausen und abtropfen lassen.

2. Inzwischen die Zwiebeln schälen. Den Ingwer abbrausen, trocken tupfen und längs halbieren. Eine Grillplatte ölen, die Zwiebeln und den Ingwer auf der Schnittfläche ca. 6 Minuten grillen und bräunen. Die Gewürze in einer beschichteten Pfanne ohne Fett ca. 5 Minuten rösten, bis sie zu duften beginnen. Die gerösteten Gewürze in ein Gewürzsäckchen füllen.

3. In einem großen Kochtopf ca. 7 l Wasser aufkochen, Fleisch und Knochen einlegen und die Brühe mit je 1–2 EL Salz und Zucker würzen. Die gebräunten Zwiebeln und den Ingwer einlegen und alles ca. 1 Stunde köcheln lassen. Dabei die Brühe gelegentlich abschäumen und entfetten. Die Rinderbrust herausnehmen und abkühlen lassen. Die Brühe mit den restlichen Knochen und dem Ochsenschwanz noch ca. 2 Stunden köcheln lassen. Das restliche Fleisch und die Knochen aus der Brühe nehmen und abkühlen lassen. Das Ochsenschwanzfleisch von den Knochen lösen und kühl stellen. Die Rinderbrust in dünne Scheiben schneiden.

4. Die Brühe durch ein Sieb in einen frischen Topf passieren und 6 l abmessen. Die restliche Brühe anderweitig verwenden. Den Ingwer wieder einlegen. Das Gewürzsäckchen und die Fischsauce zufügen und die Brühe erneut zum Kochen bringen.

5. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen, das Grün in schräge Ringe schneiden und den weißen Teil längs in schmale Streifen schneiden. Die Zwiebel schälen und in feine Spalten schneiden. Die Kräuter abrausen, die Blättchen abzupfen und trocken schleudern. Die Chilischoten waschen und in Ringe schneiden, dabei die Samen entfernen. Die Zitronen waschen, trocken tupfen und in Spalten schneiden.

6. Die Reismudeln nach Packungsangabe einweichen und kurz blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen, in tiefen Tellern anrichten. Gekochte Rindfleischscheiben, Ochsenschwanzfleisch, Kräuter, Grün der Frühlingszwiebeln, Zwiebel und Chili auf den Nudeln anrichten. Die heiße Brühe mit Salz, Pfeffer und Fischsauce abschmecken und die Teller damit auffüllen. Mit den weißen Frühlingszwiebelstreifen toppen. Die Zitronenspalten und nach Belieben mehr Chili dazu reichen.

**Tipps:**

Nach Belieben kann die Suppe zusätzlich mit hauchdünn geschnittenen, rohen Rindersteakscheiben, mit Sojasprossen und geriebenem Daikon-Rettich belegt werden.