

## Soupe miso

Ingrédients pour 2 ou 3 bols

480 ml d'eau

10 g de dashi déshydraté

2 à 3 cuillères à soupe de miso rouge

300 g de tofu soyeux

5 g d'algues wakamé

1 oignon vert émincé

Commencer par réhydrater les algues wakamé dans un peu d'eau.

Verser l'eau dans une casserole et ajouter le dashi. Bien mélanger puis porter à ébullition.

Ajouter le miso petit à petit: mettre la pâte de miso dans une louche et ajouter lentement un peu de dashi dans la louche jusqu'à complète dissolution de la pâte de miso. Verser dans la casserole. Si vous avez mis trop de pâte de miso, rajouter de l'eau. Après avoir ajouté la pâte de miso, ne pas faire bouillir la soupe parce qu'elle perdrait ses nutriments et sa saveur.

Ajouter le tofu coupé en dés une fois que la pâte de miso est complètement dissoute sinon vous risquez de casser le tofu en mélangeant le miso. Ajouter les algues wakamé réhydratées et l'oignon vert émincé.

Servir immédiatement.

*Si vous souhaitez ajouter d'autres ingrédients dans la soupe, les ingrédients solides tels que les légumes racines (carottes, pommes de terre, navets, radis daikon, oignons) ou des clams doivent être ajoutés dans le bouillon avant de porter celui-ci à ébullition. Les ingrédients cuisant rapidement comme le chou, l'œuf, les champignons, les oignons verts, les épinards, le tofu ou les algues wakamé sont ajoutés juste avant de servir.*