

Asiatische

Geflügelsuppe

Mengen:

Zutaten:

Zubereitung:

| | |
|----------|----------------------------|
| 1 | Stubenkücken |
| 1 L | Hühnerbrühe |
| 3 - 4 EL | Tamari-Sojasauce |
| | Paprika edelsüß |
| 1 EL | Olivenöl |
| 4 - 5 | Karotten |
| 3 | mittelscharfe Chilischoten |
| 4 | Frühlingszwiebeln |
| 3 | Zitronengras |
| 5 EL | Koriander |
| 50 g | frischer Ingwer |

1. Chillischoten halbieren und Kerne entfernen.
Die holzigen Teile am Zitronengras wegschneiden, die Mitte schälen und den saftigen, inneren Teil verwenden.
2. Hühnerbrühe in einem Topf erwärmen. Sojasauce, in Stücke geschnittenes Geflügel und eine Prise Paprika zugeben.
20 - 30 Minuten ziehen lassen.
3. Fleischstücke herausnehmen und bei 60° - 70° C im Backofen warm halten.
4. Öl, Gemüse und Gewürze in die Brühe geben und 5 Minuten köcheln lassen.
5. Bei Bedarf mit Pfeffer und Salz würzen und Geflügel wieder in die Brühe geben.

Suppe

Um das Stubenkücken versammeln sich erfrischend bis kalte und warme bis heiße Zutaten und bieten so der Kälte des Winters Paroli. Hühnerbrühe bereichert nicht nur durch ihren Geschmack jedes Gericht, sie ist auch ein wahres Geschenk für den Körper.

