Suppen Rezepte

Asiatische Hühnersuppe

Anzahl: 4 Personen
Gattung: Geflügel, Gemüse, Suppe, Pilze, Vorspeise, Haupgericht

1		Knoblauchzehe	2		Schlanke Frühlingszwiebeln
30	g	Frische Ingwerwurzel	200	g	Möhren
1		Rote Pfefferschote	150	g	Shiitake-Pilze
1,70	Liter	Gemüsebrühe	3	Essl.	Sojasauce (evtl. mehr)
400	g	Hähnchenbrustfilet	150	g	Chinesische Eiernudeln
8		Endiviensalatblätter (70 g)	1	Bund	Koriandergrün

1. Knoblauch pellen, Ingwer dünn schälen, beides in feine Scheiben schneiden. Pfefferschote mit Kernen in Ringe schneiden, die Hälfte davon mit Knoblauch und Ingwer in der Brühe aufkochen und zugedeckt 15 Min. kochen lassen.

2. Das Hähnchenfilet trockentupfen, längs halbieren, quer in 1,2 cm dicke Stücke schneiden. Salatblätter waschen, trockenschleudern, in 1,2 cm dicke Streifen schneiden.

3. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und das Weisse und Hellgrüne schräg in feine Ringe schneiden. Möhren putzen, längs halbieren und schräg in dünne Scheiben schneiden. Pilze putzen, den Stiel entfernen und die Köpfe in dünne Scheiben schneiden.

4. Brühe durch ein Sieb giessen, mit Sojasauce würzen, aufkochen. Hähnchenstreifen, Nudeln, Endiviensalat, Frühlingszwiebeln, Möhren, Pilze und restliche Pfefferschote dazugeben, 3-4 Min. ziehen lassen. Koriandergrün abzupfen, hacken. Auf die Suppe streuen, servieren.