

Zucchini-Suppe

Suppen » Creme-Suppen

Zutaten (4 Personen)

- » 100g Zwiebel(n)
- » 1 Knoblauchzehe(n)
- » 400g Zucchini
- » 2EL Öl
- » 500ml Instant-Gemüse-Brühe
- » 1 Prise Thymian
- » 1 Prise Muskat
- » Salz & Pfeffer
- » 100g Schlagsahne
- » 40g Cashewnüsse
- » 2TL Rosa Pfeffer
- » 1/2 Hähnchenbrustfilet(s)

Bewertung



Beschaffung

guten Supermarkt



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

31-60min

Rezept-Foto



Zubereitung

Vorbereitung:

- Zwiebeln schälen und würfeln
- Knoblauch schälen und hacken
- Zucchini waschen und würfeln
- Nüsse ohne Fettzugabe rösten
- Hähnchen in Streifen schneiden
- Fleisch mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen
- Hähnchen kurz braten

Fertigstellung:

- Zwiebeln andünsten
- Knoblauch und Zucchini zugeben, anbraten
- mit Brühe ablöschen
- mit Thymian, Muskat, Salz und Pfeffer würzen
- etwas köcheln lassen
- Sahne einrühren
- Suppe pürieren
- Nüsse und Hähnchen zur Suppe geben
- Suppe mit rosa Pfefferkörnern garnieren

angelegt am: 02.06.2003

Rezept-Nr: 44

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke