Hühnersuppe mit Gemüse

Ausländische Küche » Asiatische Küche » Vor-Suppen

Zutaten (4 Personen)

» 400ml Asiafond
» 400g Hähnchenbrustfilet(s)
» 1 Knoblauchzehe(n)
» 4 EL Sojasoße
» 1 TL ger. Ingwer
» 2 EL Stärke
» 50g Glasnudeln
» Sambal Oelek
» 300g Pfannengemüse (chin.)
» Salz

Bewertung

Beschaffung
guten Supermarkt

Kosten
11-15€

Zubereitungszeit
bis 30min

Zubereitung

1. Asiafond mit 1l Wasser aufkochen. Das Hähnchenbrustfilet abbrausen, trockentupfen und in Würfel schneiden.

2. Knoblauch abziehen, durch die Presse drücken und mit Sojasoße sowie Ingwer verrühren. Das Hähnchenfleisch kurz darin marinieren.

3. Pfannengemüse in den Fond geben, aufkochen lassen. Das Hähnchenbrustfilet mitsamt der Marinade hinzufügen und etwa 5min garen.

4. Die Speisestärke mit 2EL Wasser glatt rühren, in die Suppe geben, kurz aufkochen und binden lassen.

5. Nudeln in einer Schüssel mit kochendem Wasser übergießen und 3min ziehen lassen. In einem Sieb abtropfen lassen, in die Suppe geben. Mit Sambal oelek und Salz abschmecken.

Nährwerte: 220kcal/E17g/F3g/KH17g pro Person

angelegt am: 07.12.2005 Rezept-Nr: 1956

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