

Waterzooi mit Hähnchen

Ausländische Küche

Zutaten (4 Personen)

- » 1 kl. Blumenkohl
- » 200g Zucchini
- » 100g Bohnen (grün)
- » 200g Möhre(n)
- » 250g Kartoffel(n)
- » Salz & Pfeffer
- » 1 Zwiebel(n)
- » 2 Stangen Staudensellerie
- » 1 Stange Porree
- » 1 Zweig Thymian
- » 2 Lorbeerblatt/ -blätter
- » 1 Nelken
- » 1 TL Pfefferkörner
- » 1 Hähnchen (Stück)
- » 200g Schlagsahne
- » 2 EL geh. Petersilie

Bewertung



Beschaffung

in jedem Discounter



Kosten

11-15€



Zubereitungszeit

91-120min

Zubereitung

1. Blumenkohl und Zucchini putzen. Blumenkohl in Röschen teilen, waschen. Bohnen waschen, Enden abschneiden, Bohnen halbieren. Möhren und Kartoffeln schälen, waschen und mit den Zucchini in streichholzgroße Stifte schneiden.

2. In einem großen Topf ca. 2½l Salzwasser aufkochen, das Gemüse darin in 3-5min bißfest garen. Abgießen und die Brühe auffangen. Zwiebel schälen und achteln. Sellerie und Lauch putzen, waschen und in grobe Stücke schneiden. Gemüsebrühe wieder in den Topf geben. Zwiebel, Sellerie, Lauch, Thymian, Lorbeer, Gewürznelke und Pfefferkörner hinzufügen und aufkochen.

3. Hähnchen kalt abspülen, in die Brühe legen und zugedeckt bei schwacher Hitze 45min kochen. Schaum abschöpfen. Gegartes Hähnchen herausnehmen, etwas abkühlen lassen und häuten. Das Fleisch von den Knochen lösen und in kleine Stücke schneiden.

4. Brühe durch ein Sieb gießen, wieder in den Topf füllen. Bei starker Hitze offen auf 250ml einkochen lassen. Sahne zugießen. Gemüse und Fleisch hinzufügen und bei mittlerer Hitze erwärmen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Auf Tellern anrichten und mit Petersilie bestreut servieren.

Nährwerte: 646kcal/E60g/F31g/KH22g pro Portion

angelegt am: 16.07.2006

Rezept-Nr: 2111

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