

Frühlingsuppe mit Eierstich

Spargel-Gerichte » Spargel-Suppen

Zutaten (8-10 Personen)

- » 1 Hähnchen (Stück)
- » 500g Rinder-Beinscheibe(n)
- » 3 Tomate(n)
- » 1 Zwiebel(n)
- » 2 Lorbeerblatt/ -blätter
- » Salz & Pfeffer
- » 4 Ei(er)
- » 250ml Milch
- » Muskat
- » 750g Möhre(n)
- » 500g Spargel (grün)
- » 500g Spargel (weiß)
- » 250g Erbsen
- » Kerbel

Bewertung



Beschaffung

manchmal im Discounter



Kosten

11-15€



Zubereitungszeit

91-120min

Zubereitung

1. Geflügel und Beinscheibe waschen. Tomaten putzen, waschen, vierteln. Zwiebel schälen, halbieren. Tomaten und Zwiebel in einem Topf ohne Fett ca. 5min rösten. 2l Wasser, Huhn, Beinscheibe und Lorbeer zufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Ca. 90min köcheln, den Schaum von Zeit zu Zeit abschöpfen.

2. Für den Eierstich Eier mit Milch verquirlen. Mit Salz und Muskat würzen. In eine gefettete, flache Form gießen, abgedeckt im heißen Wasserbad bei mittlerer Hitze ca. 20min stocken lassen. Stürzen und Blüten ausstechen.

3. Möhren schälen, waschen. Ca. 20min in der Brühe mitgaren, herausnehmen. Mit einem Buntmesser in Scheiben schneiden. Spargel waschen. Weißen Spargel schälen. Von beiden Spargelsorten holzige Enden abschneiden. Spargel in Stücke schneiden.

4. Huhn herausnehmen. Brühe durch ein Sieb in einen Topf gießen. Spargel darin ca. 10min garen. Erbsen, Möhren und Eierstich in der Brühe erwärmen. Hühnerfleisch von Haut und Knochen lösen, klein schneiden, in die Suppe geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Kerbel bestreuen. Gebackene Brotperlen (Backerbsen) dazu reichen.

Nährwerte: 250kcal/E17g/F14g/KH11g pro Portion

angelegt am: 01.04.2005

Rezept-Nr: 1775

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