Spargelsuppe mit Hähnchenklößen

Zutaten (4 Personen)

» 1 Brötchen
» 1kg Spargel (grün)
» 400g Hähnchenbrustfilet(s)
» 1 Zwiebel(n)
» 1/3 Bd. Petersilie
» 1 Topf Kerbel
» 1 Ei(er)
» Salz & Pfeffer
» 1,2l Instant-Hühner-Brühe
» 20g Butter/Margarine
» 100g Crème fraîche
» 1EL Zitronensaft

Bewertung

Beschaffung
manchmal im Discounter

Kosten
11-15€

Zubereitungszeit
61-90min

Zubereitung

1. Brötchen in kaltem Wasser einweichen. Holzige Enden vom Spargel abschneiden. Evtl. unteres Drittel schälen. Spargelköpfe abschneiden, beiseite stellen. Übrige Spargelstangen in Stücke schneiden.

2. Hähnchen in kleine Stücke schneiden und fein hacken. Zwiebel fein würfeln. Petersilie und Kerbel, bis auf etwas Kerbel zum Garnieren, hacken. Brötchen gut ausdrücken und mit Hähnchenfleisch, Ei, Kräutern, etwas Salz, Pfeffer und der Hälfte Zwiebelwürfel verkneten. Aus der Masse ca. 32 kleine Klößchen formen.

3. Hühnersuppe in einem Topf aufkochen lassen, Spargelköpfe darin ca. 2-3min garen. Herausnehmen, Klößchen in die heiße Brühe geben und bei schwacher Hitze zugedeckt ca. 5min gar ziehen lassen. Klößchen herausnehmen und beiseite stellen.

4. Fett erhitzen. Übrige Zwiebelwürfel darin unter Rühren glasig dünsten. Spargelstücke zufügen und kurz mitdünsten. Mit der heißen Brühe ablöschen und unter Rühren aufkochen. Zugedeckt ca. 10-15min köcheln lassen.

5. Spargel in der Brühe pürieren, Crème fraîche unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Spargelköpfe und Klößchen in die Suppe geben und kurz darin erwärmen. Mit frischem Kerbel bestreut servieren.

Dazu schmeckt frisches Baguette-Brot.

Nährwerte: 360kcal/E31g/F20g/KH13g pro Portion

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