

MARLEY SPOON



Glasnudelsuppe mit Pute,

Kokosmilch und grünem Gemüse



20-30min



4 Personen

Wir nehmen euch heute auf eine kulinarische Reise bis nach Südostasien! Gelbe Currypaste ist vor allem in der thailändischen Küche zu Hause, sowohl für Currys als auch in wärmenden Suppen. Die gelbe Paste ist etwas milder als die rote oder die noch schärfere grüne Variante. In Kombination mit cremiger Kokosmilch, knackigem grünem Gemüse und Glasnudeln ist diese Suppe ein echter Leckerbissen!

Was du von uns bekommst

- Putenbrust
- Glasnudeln
- Jungzwiebel
- Kokosmilch
- Limetten
- rote Zwiebeln
- Stangensellerie ⁹
- Zucchini
- gelbe Currypaste

Was du zu Hause benötigst

- Hühnersuppenwürfel
- Pflanzenöl
- Salz

Küchenutensilien

- großer Kochtopf
- Messbecher
- mittelgroßer Kochtopf

Vergiss nicht, dein Gemüse nochmal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Kochtipps

Traditionell isst man erst die Nudeln, Fleisch und Gemüse mit Stäbchen, anschließend wird die Suppe ausgelöffelt.

Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 705.0kcal, Fett 32.6g, Eiweiß 34.0g, Kohlenhydrate 66.1g



1. Gemüse schneiden

Zwiebeln schälen und in dünne Streifen schneiden. **Stangensellerie** putzen und ebenfalls in dünne Streifen schneiden. Die **Zucchini** längs halbieren und in dünne Scheiben schneiden.



2. Fleisch schneiden

Das **Fleisch** in 3 lange, gleichdicke Streifen schneiden, dann die Streifen quer in ca. 5mm dünne Scheiben schneiden. Anschließend mit 1-2EL Olivenöl und 1TL Salz einreiben und für den Moment beiseitestellen.



3. Paste und Zwiebeln rösten

Einen mittleren Topf mit 1EL Öl auf mittelhohe Stufe erhitzen. Sobald der Topf heiß ist, die **Zwiebeln** und die **Currypaste** darin 1-2Min. anrösten, bis es duftet.



4. Suppe ansetzen

Die **Zwiebeln** mit 1,5L Wasser ablöschen und zwei Hühnersuppenwürfel darin auflösen. Das **Fleisch** und **Sellerie** hineingeben und 2-3Min. leicht köcheln. Suppe mit Salz abschmecken. In einem weiteren Topf ausreichend Wasser zum Kochen bringen und die **Glasnudeln** nach Packungsanweisung kochen.



5. Kokosmilch dazugeben

Die **Zuchinischeiben** und die **Kokosmilch** dazugeben und weiter 4-5Min. köcheln, bis die **Zucchini** die gewünschte Konsistenz haben.



6. Jungzwiebeln schneiden

Zum Schluss die **Jungzwiebeln** putzen und in feine Ringe schneiden. Die **Limette** vierteln und die **Suppe** mit etwas **Limettensaft** abschmecken. Dann die **Suppe** anrichten, **Glasnudeln** dazu geben und mit **Jungzwiebeln** bestreuen, die übrigen **Limette** nach Geschmack darüber auspressen.