

Id2766 web 196aa87c1ed2eff4820472342a0a45f3

Kokos-Erdnusssuppe mit Pute,

Champignons und Karotten



20-30min



4 Personen

In cremiger Kokosmilch kochst du aus scharf angebratenen, frischen Zutaten die herrliche Basis für eine asiatische Currysuppe. Durch das gemeinsame Einköcheln aller Zutaten, ergibt sich erst das wunderbare Aroma dieser Suppe, das uns schon in der Testküche begeistert hat! Jetzt noch mit dem frischen Grün der Jungzwiebel garnieren - so wird die Suppe auch zum optischen Highlight!

Was du von uns bekommst

- Jasmin Reis
- Erdnussbutter ⁵
- Tomaten
- Jungzwiebel
- Karotte
- Champignons
- Putenbrust
- Kokosmilch

Was du zu Hause benötigst

- Hühnersuppenwürfel
- Pflanzenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- großer Kochtopf
- Messbecher
- mittelgroßer Kochtopf mit Deckel
- Sieb
- Sparschäler

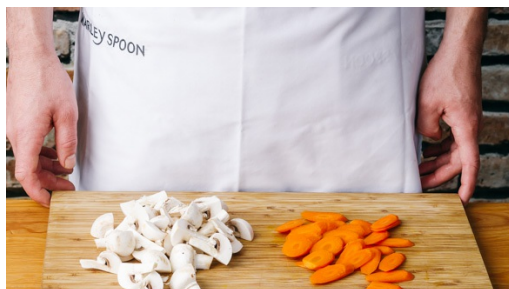
Vergiss nicht, dein Gemüse nochmal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 768.0kcal, Fett 33.5g, Eiweiß 41.7g, Kohlenhydrate 71.0g



1. Gemüse schneiden

Die **Pilze** mit einem feuchten Tuch oder einer Bürste von eventuellem Schmutz befreien, den Strunk trimmen und je nach Größe vierteln oder achteln. Die **Karotten** schälen und in schräge, dünne Scheiben schneiden.



2. Fleisch schneiden

In einem mittleren Topf 600ml Wasser für den **Reis** zum Kochen bringen. Die **Fleisch** in ca. 2cm große Stücke schneiden.



3. Suppe ansetzen

In einem großen Topf 1-2EL Pflanzenöl erhitzen und das **Fleisch** ca. 2-3Min. scharf anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Die **Karotten, Pilze** und **Erdnussbutter** unterrühren und mit **Kokosmilch** und 200-250ml Wasser ablöschen. Den **Hühnersuppenwürfel** hinzugeben und für ca. 15-20Min. auf niedriger bis mittlerer Hitze leicht köcheln lassen.



4. Reis kochen

Den **Reis** in einem Sieb unter fließendem Wasser abspülen, bis das Wasser klar bleibt. Sobald das Wasser kocht, **Reis** im Topf bei niedrigster Hitze mit einem Deckel ca. 10-12Min. bissfest kochen, bis das Wasser komplett aufgesogen ist. Schließlich ca. 5Min. ohne Hitze zugedeckt ziehen lassen.



5. Paradeiser schneiden

Inzwischen die **Paradeiser** würfeln. Die **Jungzwiebel** in feine, schräge Ringe schneiden.



6. Suppe fertigstellen

In den letzten 5Min. der Kochzeit die **Paradeiser** und das **Weißer der Jungzwiebeln** zu der **Suppe** hinzufügen und mitköcheln lassen. Zum Schluss nochmal mit Salz und Pfeffer abschmecken, mit **Reis** anrichten und **restlichen Jungzwiebeln** garniert servieren.