

# MARLEY SPOON



## Asiatische Hühnersuppe

mit Reisbandnudeln und Kokosmilch



30-40Min.



2 Personen

Diese Hühnersuppe ist ein wahrer Alleskönner: Ingwer und Knoblauch kurbeln das Immunsystem an, Sellerie und Karotten liefern viele Vitamine. Mit zartem Hühnchen köchelt das Ganze in einer mit Kokosmilch verfeinerten Brühe. Guten Appetit bei diesem Marley-Spoon-Klassiker!

## Was du von uns bekommst

- 150g Reisbandnudeln
- 1 Stangensellerie <sup>9</sup>
- 1 Karotte
- 1 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Stück frischer Ingwer
- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 1 Geflügelbrühwürfel <sup>9</sup>
- 1 unbehandelte Limette
- 250ml Kokosmilch

## Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Pflanzenöl

## Küchenutensilien

- großer Kochtopf
- mittelgroßer Kochtopf
- Sparschäler
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

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

## Allergene

Sellerie (9). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 786.0kcal, Fett 32.6g, Eiweiß 37.1g, Kohlenhydrate 81.1g



**1. Gemüse schneiden**

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Nudeln** zum Kochen bringen. Den **Stangensellerie** in möglichst dünne Scheiben schneiden. Die **Karotte** schälen und mit einer Reibe grob raspeln. Die **Zwiebel**, den **Knoblauch** und den **Ingwer** schälen und fein würfeln. **Tipp:** Der **Ingwer** lässt sich am besten mit einem kleinen Löffel schälen.



**4. Suppe ansetzen**

Die **Karotten**, die **Zwiebeln**, den **Knoblauch** und den **Ingwer** zum **Hähnchen** in den Topf geben und 2-3Min. mitbraten. 600ml Wasser angießen, den **Brühwürfel** hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen und die **Suppe** ca. 10Min. bei mittlerer Hitze köcheln lassen.



**2. Fleisch vorbereiten**

Das **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen, in mundgerechte Stücke schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen.



**5. Nudeln kochen**

Die **Nudeln** in das kochende Wasser geben, den Topf vom Herd nehmen und die **Nudeln** ohne Hitzezufuhr in 7-8Min. gar ziehen lassen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Inzwischen die **Limettenschale** fein abreiben, dann die **Limette** halbieren und in Spalten schneiden.



**3. Fleisch braten**

Die **Hähnchenstücke** in einem großen Topf mit 1EL Pflanzenöl bei starker Hitze von allen Seiten 2-3Min. anbraten.



**6. Suppe fertigstellen**

Die **Kokosmilch** in die **Suppe** rühren und die **Suppe** weitere 5Min. köcheln lassen. Den **Stangensellerie** und die **Nudeln** hinzufügen und kurz erwärmen. Die **Suppe** mit **Limettenabrieb** abschmecken und mit den **Limettenspalten** servieren.