WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Asia-Kokossuppe mit Hähnchenfilet, Zuckerschoten und Paprika

Zutaten (für 4 Personen):

4 Hähnchenbrustfilets
1 EL Sesamöl
20 g Ingwer
2 Knoblauchzehen
600 ml Geflügelbrühe
400 ml Kokosmilch
2 EL Sojasauce
1 Paprika
100 g Zuckerschoten
Salz und Pfeffer
1 Zitrone
Chiliflocken
Koriander
20 g Erdnüsse



Nährwerte:

Pro Portion ca. 656 kcal, 37 g Fett, 19 g Kohlenhydrate, 47 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 45 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Asia-Kokossuppe mit Hähnchenfilet, Zuckerschoten und Paprika

Zubereitung:

1. Zuerst die Hähnchenbrustfilets in dem Öl von jeder Seite für circa 3 bis 5 Minuten scharf anbraten.



2. Dann den Ingwer und Knoblauch schälen, fein reiben und für 1 bis 2 Minuten mitrösten.



3. Alles mit Geflügelbrühe, Kokosmilch und Sojasauce circa 12 bis 15 Minuten köcheln lassen.

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Asia-Kokossuppe mit Hähnchenfilet, Zuckerschoten und Paprika



4. Jetzt die Hähnchenbrustfilets aus der Brühe nehmen, kurz ruhen lassen und in Scheiben schneiden.



5. Als nächstes die Paprika kleinschneiden und mit den Zuckerschoten circa 5 bis 7 Minuten in der Brühe garen.



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Asia-Kokossuppe mit Hähnchenfilet, Zuckerschoten und Paprika

6. Zum Schluss die Suppe mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken,…



7. … mit dem Hähnchenfilet auf Tellern anrichten, mit Koriander, Chili und gehackten Erdnüssen toppen und genießen.



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Asia-Kokossuppe mit Hähnchenfilet, Zuckerschoten und Paprika



Einkaufstipp

Heimische, nachhaltige und nach hohen Standards erzeugte Lebensmittel sind dir wichtig? Dann achte beim Einkauf von Geflügelfleisch auf die „D“s auf der Verpackung: diese garantieren dir Geflügelfleisch aus Deutschland.

Weitere Informationen rund um Geflügelfleisch aus Deutschland sowie viele leckere Rezepte finden Sie auf **www.deutsches-geflügel.de**