



Hühnersuppe mit Tomaten

Zutaten

(für 4 Personen):

1.5 kg Hähnchenschenkel und -
unterschenkel
2 Tomaten
1 Zwiebel
1 Stück Ingwer
1 Stange Lauch
1.5 EL Salz
2 Lorbeerblätter
4 Pfefferkörner
4 Wacholderbeeren
4 Gewürznelken
3 Möhren
150 g TK-Erbsen
200 g Suppennudeln
Petersilie



Nährwerte:

Pro Portion ca. 636 kcal, 20 g Fett, 48 g Kohlenhydrate, 62 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 150 Minuten (davon 2 Stunden Garzeit im Topf)



Hühnersuppe mit Tomaten

Zubereitung:

1. Zuerst die Tomaten vierteln, die Zwiebel schälen und ebenfalls vierteln. Dann den Lauch putzen und in Ringe schneiden. Den Ingwer schälen und in Scheiben schneiden.



2. Jetzt alles in einen Topf geben. Hähnchenschenkel und -unterschenkel, Salz, Pfefferkörner, Wacholderbeeren und Gewürznelken ebenfalls in den Topf geben, 3 Liter Wasser angießen, einmal aufkochen und circa 2 Stunden köcheln lassen. Dabei den Schaum abschöpfen.



3. Danach die Hähnchenschenkel und -unterschenkel aus der Brühe nehmen und das Fleisch mit zwei Gabeln von den Knochen zupfen.





Hühnersuppe mit Tomaten

4. Die Hühnerbrühe durch ein Sieb gießen.



5. Die Möhren schälen und fein würfeln und mit den Erbsen und dem klein gezupften Hähnchenfleisch für circa 5 bis 7 Minuten in der Hühnerbrühe köcheln lassen.



6. In der Zwischenzeit die Suppennudeln separat nach Packungsangabe garen.



7. Zum Schluss die Hühnersuppe auf Tellern anrichten, Nudeln dazugeben,

Hühnersuppe mit Tomaten

etwas gehackte Petersilie darüber streuen und genießen. ☑



Achten Sie auf die deutsche Herkunft!

D
Schlupf

D
Aufzucht

D
Verarbeitung

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-gefluegel.de