

### Süßkartoffel-Möhren-Suppe mit Hähnchenfiletspießen

# Zutaten (für 4 Personen):

400 g Hähnchenfilet (aus deutscher Erzeugung)

600 g Süßkartoffeln

4 Möhren

10 g Ingwer

1 Zwiebel

2 EL Butter 400 ml Geflügelbrühe

1 Dose Kokosmilch

2 EL Geflügelgewürz

3 EL Olivenöl

Salz & Pfeffer



#### Nährwerte:

Pro Portion ca. 714 kcal, 41 g Fett, 17 g Kohlenhydrate, 27 g Eiweiß

### Zubereitungszeit:

25 Minuten



### Süßkartoffel-Möhren-Suppe mit Hähnchenfiletspießen

#### Zubereitung:

1. Zuerst die Süßkartoffeln und die Möhren waschen, schälen und kleinschneiden. Danach den Ingwer und die Zwiebel ebenfalls schälen und kleinschneiden. Jetzt das geschnittene Gemüse für circa 5 Minuten in etwas Butter anbraten.



2. Dann mit Geflügelbrühe und Kokosmilch ablöschen und für circa 12 Minuten weichkochen.



3. Anschließend pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.





Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

### Süßkartoffel-Möhren-Suppe mit Hähnchenfiletspießen

4. In der Zwischenzeit die Hähnchenfilets halbieren und auf Spieße stecken. Dann Geflügelgewürz und 2 EL Öl mischen und die Hähnchenspieße damit bestreichen.



5. In 1 EL ÖL von jeder Seite circa 5 bis 7 Minuten scharf anbraten.



6. Süßkartoffel-Möhren-Suppe auf Tellern anrichten und mit Hähnchenfiletspießen servieren. Alles mit Petersilie toppen und genießen!





## Süßkartoffel-Möhren-Suppe mit Hähnchenfiletspießen



#### **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**