WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

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

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

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.

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.



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Süßkartoffel-Möhren-Suppe mit Hähnchenfiletspießen

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





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**