



## Crunchy Chicken Miso-Suppe

### Zutaten

(für 4 Personen):

600 g Pollo Fino  
2 EL Misopaste  
1.2 L Gemüsebrühe  
5 Knoblauchzehen  
1 Stange Lauch  
2 Möhren  
200 g Mie-Nudeln  
3 EL Sojasauce  
3 EK Mirin  
1 Stück Ingwer  
4 EL Öl  
6 EL Stärke  
300 g Pak Choi  
Koriander  
1 TL Chili



### Nährwerte:

Pro Portion ca. 437 kcal, 28 g Fett, 11 g Kohlenhydrate, 36 g Eiweiß (Diese Information findet ihr, wenn ihr im Ordner des jeweiligen Rezepts die Worddatei "Blogbeitrag" öffnet. Dort müsste sie ganz unten stehen. Schreibt mir, sollte dies nicht der Fall sein).

### Zubereitungszeit:

circa 45 Minuten



## Crunchy Chicken Miso-Suppe

### Zubereitung:

1. Zuerst die Miso-Paste und 2 gepresste Knoblauchzehen mit der Gemüsebrühe aufkochen. Lauch und Möhren kleinschneiden und in der Brühe bissfest garen.



2. Dann die Mie-Nudeln garen.



3. Als nächstes das Pollo Fino in Stücke schneiden und mit Sojasauce, Mirin, geriebenem Ingwer, 1 EL Öl und 3 gepressten Knoblauchzehen marinieren.





## Crunchy Chicken Miso-Suppe

4. Anschließend das marinierte Hähnchenfleisch in der Stärke wenden...



5. ...und in 2 EL Öl von beiden Seiten knusprig ausbraten.



6. Jetzt noch den Pak Choi in 1 EL Öl von beiden Seiten anbraten.



7. Zum Finale zuerst die Brühe, dann die Nudeln und schließlich den Pak

# WE LOVE GEFLÜGEL!



Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

## Crunchy Chicken Miso-Suppe

Choi und das Hähnchenfleisch in eine Schale geben. Dann nur noch alles mit Koriander und Chili toppen 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](http://www.deutsches-gefluegel.de)