WE LOVE GEFLÜGEL!

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!

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.



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



WE LOVE GEFLÜGEL!

Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

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**