

Typ: Suppe

Quelle: Brigitte

Bemerkungen: Kann deutlich kürzer kochen: insgesamt 25 Min für Kartoffelstücke sind zuviel. Max. 2 x 10 Min, eher weniger.
Sep 24: Sellerieknolle und Petersilienwurzeln hinzugefügt. Statt Hühnerbrüsten lieber Beinchen mit Haut kochen und beim Entbeinen später die Haut entfernen?

Zutaten für 4 Portionen

3 Stängel Zitronengras
1 ½ Liter Hühnerbrühe
1 EL Sojasoße
1 rote Chilischote (evtl. weglassen)
750 Gramm Möhren
250 Gramm Kartoffeln
1 Kohlrabi (400 g)
1 Bund Lauchzwiebeln
3 Hähnchenbrustfilets (ca. 400 g)
150 Gramm TK-Erbesen
Salz
frisch gemahlener Pfeffer
Kaffirlimettenblätter (Option)

Rezept: Das Zitronengras putzen und mehrmals längs einritzen oder mit einem Hammer schlagen, so dass es etwas aufplatzt. Die Hühnerbrühe zusammen mit dem Zitronengras, Sojasoße und eventuell der Chilischote aufkochen.

Inzwischen Möhren, Kartoffeln und Kohlrabi (und evtl anderes Gemüse) schälen und abspülen. Lauchzwiebeln putzen und ebenfalls abspülen. Alles in etwa fingerdicke, 5 cm lange Stücke schneiden.

Zuerst Kartoffeln und Möhren in die Brühe geben und 5 Minuten kochen lassen, dann das Hühnerfleisch zufügen, 5 min kochen lassen. Dann Kohlrabi, Lauchzwiebeln, Hähnchenbrustfilets und Erbsen dazugeben und noch weitere 5 Minuten kochen. Hähnchenbrust, Zitronengras und evtl. Chilischote aus der Brühe nehmen. Das Fleisch in Scheiben schneiden. Fleischstücke zurück in die Brühe geben und Den Frühlingstopf mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Kurz vor Ende der Kochzeit die Kaffirlimettenblätter zufügen und 10 min ziehen lassen, danach wieder rausnehmen.