



Hühnersuppe

Zutaten für 4 Portionen

- 3 Bio Maishuhn Hähnchenschenkel
- 1 Bund Suppengrün (Sellerie, Karotten, Lauch, Petersilie)
- 1 Zwiebel
- ca 2,5 L Wasser
- Geflügelfond
- ½ TL Honig
- Salz, Pfeffer, 1 Lorbeerblatt
- ggf. etwas frische Chili
- frischer Zitronensaft einer halben Zitrone
- ggf. Reis/Nudeln vom Vortag

Zubereitung

Hähnchenschenkel Waschen und trocken tupfen. Zwiebel schälen und vierteln. Sellerie putzen und in grobe Würfel schneiden. 2 Karotten in grobe Scheiben schneiden. Ein ca 5 cm langes Stück Lauch in dickere Scheiben schneiden. (2 Karotten und etwas Lauch noch nicht schneiden, Petersilie ebenfalls noch nicht)

Einen großen Topf auf den Herd stellen. Die Zwiebelviertel mit etwas Öl anbraten. Sowie die ersten braunen Stellen zu sehen sind, die anderen Gemüsezutaten zugeben, ganz kurz anschwitzen. Mit dem Geflügelfond und Zitronensaft angießen. Hähnchenschnkel komplett auf das Gemüse legen. Den Topf mit Wasser auffüllen, sodass das Geflügel komplett mit Flüssigkeit bedeckt ist. Lorbeerblatt zugeben. Kurz aufkochen lassen, dann für mindestens 1 Stunde auf kleiner Flamme köcheln lassen.

In der Zwischenzeit die restlichen Karotten in kleine Würfel schneiden. Restlichen Lauch in feine Scheiben schneiden. Petersilie und Chili fein hacken.

Nach einer Stunde (gerne auch länger) die Hähnchenschenkel aus der Suppe nehmen, von der Haut befreien und das Fleisch mit Messer/Gabel von den Knochen befreien. Alles zur Seite stellen.

Das grobe Gemüse mit einer Schaumkelle aus der Suppe nehmen. Dafür das klein geschnittene Gemüse und die Petersilie in die Suppe geben. Hühnerfleisch zugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Chili, Honig und ggf. Reis/Nudeln vom Vortag zugeben.

Nochmal alles für ca 10-15 min köcheln lassen.

Das Rezept unterliegt meinem geistigen Eigentum und darf ohne meine Zustimmung nicht verbreitet oder kommerziell genutzt werden.