

INSPIRATIONEN FÜR EINE GUTE KÜCHE



Mulligatawny Currysuppe mit Huhn

Zutaten:

- 1 Suppenhuhn
- 1 Bund Suppengrün
- 2 Lorbeerblätter

- 300 g Lauch in feinen Streifen
- 2 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 30 g Ingwer, sehr fein gewürfelt
- 30 g Butter
- 2 EL mildes Curry
- 100 ml Sahne
- 200 ml Kokosmilch
- 1 Apfel, fein gewürfelt
- 2 Tomaten, fein gewürfelt
- 1 Mango, fein gewürfelt
- 3 EL Limettensaft
- 1 rote Chilischoten, entkernt und fein gewürfelt
- 1 Frühlingszwiebel in feine Ringe geschnitten
- 1 Bund Koriandergrün, Salz, frisch gemahlener Pfeffer

Zubereitung:

- Das Huhn mit dem Suppengrün in einen Topf geben und soviel Wasser zugeben, dass es mit Wasser bedeckt ist, 2 TL Salz und die Lorbeerblätter zugeben und zum Kochen bringen. Den Schaum immer wieder abschöpfen. Das Huhn ca. 1 Stunde köcheln lassen. Das Fleisch von Brust und Keule muss weich sein. Das Huhn aus der Brühe nehmen, das Fleisch ablösen und die Karkasse wieder in die Brühe geben und eine weitere Stunde kochen. So bekommt man eine kräftige Brühe und das Fleisch ist nicht total verkocht.
- Lauch, Knoblauch und Ingwer in der Butter andünsten.
- Curry zugeben und kurz mitdünsten. Mit 1 Liter der abgeseihten Hühnerbrühe ablöschen.
- Sahne, Kokosmilch, Apfel und Tomaten zugeben und 20 Minuten ohne Deckel köcheln.
- Mango, das in kleine Würfel geschnittene Hühnerfleisch, Limettensaft, Chili und Frühlingszwiebel zugeben, kurz aufkochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Zum Servieren den gehackten Koriander überstreuen.

Mengenangaben für 4 Erwachsene . EL = gestrichener Esslöffel . TL = gestrichener Teelöffel