



Glasnudelsuppe mit Zucchini und Huhn

mit Kokosmilch und gelber Currypaste



ca. 25min



2 Personen

Heute geht unsere kulinarische Reise nach Südostasien! Gelbe Currypaste ist vor allem in der thailändischen Küche zu Hause, sowohl für Currys als auch in wärmenden Suppen. Sie ist milder als die rote oder die noch schärfere grüne Variante. In Kombination mit cremiger Kokosmilch, zartem Hähnchen, frischem Gemüse und Glasnudeln genau das Richtige, wenn es draußen grau und schmutzig ist. Guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 1 rote Zwiebel
- 2 Stangensellerie ⁹
- 1 Zucchini
- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 1 Packung gelbe Currypaste
- 200ml Kokosmilch
- 1 Päckchen Gemüsebrühgewürz
- 100g Vermicelli-Glasnudeln
- 1 Lauchzwiebel
- 1 unbehandelte Limette

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- kleiner Topf
- Messbecher
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Sellerie (9). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 759kcal, Fett 41.3g, Kohlenhydrate 62.5g, Eiweiß 33.5g



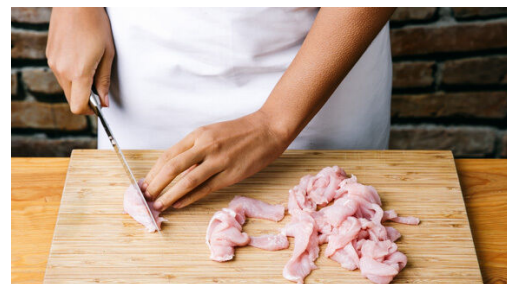
1. Gemüse schneiden

Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den **Stangensellerie** in dünne Scheiben schneiden. Die **Zucchini** längs halbieren und quer in dünne Scheiben schneiden.



4. Suppe ansetzen

Die **Zwiebeln** mit 800ml heißem Wasser und der **Kokosmilch** ablöschen, das **Brühgewürz** unterrühren. Dann den **Sellerie** und das **Fleisch** in die **Suppe** geben und 1-2Min. garen. Die **Suppe** mit Salz abschmecken. In einem kleinen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Nudeln** zum Kochen bringen.



2. Fleisch vorbereiten

Das **Fleisch** trocken tupfen und der Länge nach in 3 gleich breite Streifen schneiden, diese Streifen dann quer in ca. 0,5cm dünne Scheiben schneiden. Anschließend mit 1EL Pflanzenöl und 1/2TL Salz vermengen.



5. Zucchini zugeben

Die **Zucchini** in die **Suppe** geben und die **Suppe** noch 4-5Min. köcheln lassen, bis die **Zucchini** gar ist. Die **Nudeln** in das kochende Wasser geben, den Topf vom Herd nehmen und die **Nudeln** 3-5Min. gar ziehen lassen, dann in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.



3. Zwiebeln anbraten

Die **Zwiebeln** in einem mittelgroßen Topf mit 1EL Pflanzenöl und der **1/2 der Currypaste** bei mittlerer Hitze 1-2Min. anbraten. **Tipp:** Wer mag, kann auch mehr **Currypaste** verwenden.



6. Garnitur vorbereiten

Die **Lauchzwiebel** schräg in feine Ringe schneiden. Die **Limette** vierteln und die **Suppe** mit etwas **Limettensaft** abschmecken. Dann die **Suppe** mit den **Nudeln** anrichten, mit den **Lauchzwiebeln** und etwas (frisch gemahlenem) Pfeffer garnieren und mit den **übrigen Limettenspalten** servieren.