



Hühnersuppe mit Gemüse

Nudeln und Basilikumpesto



30-40min



2 Personen

Kratzt die Kehle etwas? Nein? Gut so! Und falls du doch etwas für dein Immunsystem tun möchtest, gönne dir heute Abend doch mal diese Hühnersuppe mit Twist. Die Suppe mit Karotten, Sellerie, Orzo-Nudeln und Kirschtomaten wird mit einem selbstgemachtem Basilikumpesto serviert. Heiß und deftig jagt diese Kombination alle Anzeichen einer Winter-Erkältung davon und schmeckt dabei auch noch richtig gut!

Was du von uns bekommst

- 1 Karotte
- 1 Packung Orzo-Nudeln
- 1 Packung Kirschtomaten
- Frischer Basilikum
- 1 Geflügelbrühwürfel ⁹
- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 1 Päckchen Cashewnüsse ¹⁵
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Stangensellerie ⁹
- 1 Stück italienischer Hartkäse ⁷

Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Zucker

Küchenutensilien

- Küchenreibe
- Messbecher
- mittelgroßer Kochtopf mit Deckel
- Stabmixer mit hohem Gefäß

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

Allergene

Milch (7), Sellerie (9), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 780kcal, Fett 31.0g, Kohlenhydrate 71.0g, Eiweiß 50.8g



1. Hähnchen schneiden

Die **Hähnchenbrust** in ca. 1cm große Würfel schneiden. In einem Topf 1L Wasser zum Kochen bringen.



2. Gemüse schneiden

Den **Sellerie** halbieren und in dünne, schräge Scheiben schneiden. Die **Knoblauchzehe** schälen und in sehr feine Scheiben schneiden. Die **Karotte** schälen und in schräge Scheiben schneiden. Die **Kirschtomaten** je nach Größe halbieren oder vierteln.



3. Pesto mischen

Den **Käse** grob reiben. Die **Basilikumblätter** abzupfen und mit den **Cashews**, **Käse** und 3-4EL Olivenöl in ein hohes Gefäß geben. Mit einem Stabmixer zu einem dicken **Pesto** pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



4. Suppe ansetzen

Sobald das Wasser kocht, den **Brühwürfel** darin auflösen, die **Pasta** sowie den **Sellerie**, **Karotten** und **Knoblauch** hinzufügen und für ca. 3-4Min. kochen lassen.



5. Hähnchen hinzufügen

Das **Hähnchen** zur **Suppe** hinzufügen und alles weitere ca. 6-7Min. kochen, bis die **Nudeln** gar und das **Hähnchen** durch ist.



6. Suppe fertigstellen

Zum Schluss die **Suppe** mit Salz, Pfeffer und 1Prise Zucker abschmecken, die **Kirschtomaten** untermischen und gemeinsam mit **Pesto** servieren.