



Gemüsesuppe mit veganem „Hähnchen“

dazu knuspriges Knoblauchbrot



ca. 30min



3-4 Personen

Hühnersuppe ohne Hühnchen? Wie geht das denn? Ganz easy, denn zum Glück gibt es ja die veganen Hähnchenschnetzel von unseren Freunden bei Heura. Aus Lauch, Sellerie, Karotte und frischem Dill wird ganz fix eine aromatische Brühe, die nicht nur bei Erkältung eine wahre Wohltat ist. Dazu noch knuspriges Knoblauchbaguette und der Suppenhunger ist gegessen.

- 20g Dill
- 2 Stangen Lauch
- 2 Stangensellerie ¹
- 2 Karotten
- 2 Pck. Gemüsebrühgewürz
- 2 Pck. griechische Gewürzmischung
- 2 Baguettebrötchen ²
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Pck. vegane Hähnchenschnitzel ⁴

- 4EL vegane Mayonnaise
- 2TL Senf³
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl
- Essig

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- großer Topf
- große Pfanne
- Messbecher

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 583kcal, Fett 29.5g,
Kohlenhydrate 47.8g, Eiweiß 23.0g



Den Backofen auf 200°C (180°C Umluft) vorheizen. Die **Dillspitzen** von den Stängeln zupfen und grob schneiden, die **Stängel** separat fein schneiden. Den **Lauch** längs halbieren und quer in feine Streifen schneiden. Den **Sellerie** in dünne Scheiben schneiden. Die **Karotten** ggf. schälen, längs vierteln und quer in kleine Stücke schneiden.



A stainless steel pot with two handles, filled with a clear vegetable soup. The soup contains sliced leeks, orange carrot slices, and green beans. The pot is set against a plain, light-colored background.

Das **Brühgewürz** und die **Gewürzmischung** mit 1,2L warmem Wasser hinzufügen und aufkochen lassen. Die **Suppe** 13-15Min. köcheln lassen, bis das **Gemüse** gar ist.



Die **Suppe** mit 2TL Senf, 2EL Essig sowie Salz und Pfeffer abschmecken und auf tiefe Teller oder Schalen verteilen. Die **Schnetzel** darauf anrichten und mit den **Dillspitzen** bestreuen. Die **Gemüsesuppe** mit dem **Knoblauchbrot** servieren.