



RS Bio-Hähnchen-Gemüse-Suppe

mit Gnocchi und Sahne



ca. 25min



4 Portionen

Ein heißes Süsschen mit schmackhafter Einlage ist nie verkehrt! Heute kommen Karöttchen, Zwiebeln und Sellerie in den Topf und werden ein wenig angebräunt, bevor sie mit fluffigen Gnocchi, herbem Chicorée und zartem Bio-Hähnchenfleisch in der würzigen Brühe vor sich hin blubbern. Mit Sahne verfeinern, ein klein wenig säuerlich abschmecken und schon heiß's: An die Löffel, fertig, los!

Was du von uns bekommst

- 2 Zwiebeln
- 2 Karotten
- 2 Stangensellerie ¹
- 2 Chicorée
- 2 Pck. Bio-Hähnchenbrustwürfel
- 2 Pck. Hühnerbrühwürz
- 1 Pck. griechische Gewürzmischung
- 1kg Gnocchi ²
- 200ml Kochsahne ³

Was du zu Hause benötigst

- 2EL Weizenmehl ²
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- großer Topf
- Wasserkocher
- Messbecher

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

Kochtipp

Wer Brantweinessig verwendet, braucht davon etwas weniger.

Allergene

Sellerie (1), Gluten (2), Milch (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 863kcal, Fett 30.5g, Kohlenhydrate 102.4g, Eiweiß 42.4g



1. Gemüse schneiden

Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Die **Karotten** ggf. schälen, längs halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Den **Sellerie** quer in feine Scheiben schneiden.



2. Gemüse braten

Die **Zwiebeln**, die **Karotten** und den **Sellerie** in einem großen Topf mit 3EL Olivenöl und ½TL Salz ca. 6Min. braten, bis das **Gemüse** weich ist. In einem Wasserkocher 1,8L Wasser zum Kochen bringen.



3. Chicorée schneiden

Den **Chicorée** längs halbieren und quer in ca. 2cm breite Streifen schneiden, dabei den Strunk entfernen.



4. Fleisch vorbereiten

Das **Fleisch** trocken tupfen.



5. Suppe köcheln

Das **Gemüse** im Topf mit 2EL Mehl bestäuben und verrühren, dann ca. 30Sek. erhitzen. Das **Brühwürz**, die **Gewürzmischung** und das kochende Wasser einrühren und aufkochen lassen. Das **Fleisch**, die **Gnocchi** und die **Chicoréestreifen** zugeben und ca. 4Min. mitköcheln.



6. Suppe verfeinern

Die **Sahne** sowie nach Geschmack 1½EL hellen Essig in die **Suppe** rühren und ca. 2Min. köcheln lassen. Die **Suppe** mit Salz und Pfeffer abschmecken, auf tiefe Teller oder Schalen verteilen und servieren.