



Asiatische Hähnchensuppe

mit Champignons, Erdnuss und Kokosmilch



20-30min



3-4 Personen

In cremiger Kokosmilch mit Erdnussbutter garen Champignons, Karotten und Hähnchenstreifen und werden zusammen mit leckerem Basmatireis serviert. Frische Tomaten und Lauchzwiebeln ergänzen das feine Mahl. Ein garantierter Glücklicher!

- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 1 Packung Champignons
- 2 Karotten
- 300g Basmatireis
- 1 Päckchen Erdnussbutter⁵
- 500ml Kokosmilch
- 1 Päckchen Hühnerbrühgewürz
- 2 Lauchzwiebeln
- 3 Tomaten

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Pflanzenöl

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- großer Topf
- Messbecher
- Sparschäler
- Sieb

Allergene
Erdnüsse (5). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 817kcal, Fett 38.2g,
Kohlenhydrate 71.1g, Eiweiß 42.1g



1. Fleisch schneiden

Das **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen und in ca. 2cm große Stücke schneiden.



2. Gemüse schneiden

Die **Champignons** ggf. mit etwas Küchenkrepp oder einer Bürste säubern und je nach Größe vierteln oder achteln. Die **Karotten** schälen und schräg in dünne Scheiben schneiden. In einem mittelgroßen Topf 600ml Wasser ausreichend gesalzenes Wasser für den **Reis** zum Kochen bringen.



3. Suppe ansetzen

Das **Fleisch** in einem großen Topf mit 1-2EL Pflanzenöl bei starker Hitze 2-3Min. anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen, dann die **Pilze**, die **Karotten** und die **Erdnussbutter** zugeben und mit der **Kokosmilch** und 200-250ml Wasser ablöschen. Das **Brühgewürz** unterrühren, die Hitze reduzieren und alles 15-20Min. sanft köcheln lassen, bis die **Karotten** gar sind.



4. Reis kochen

Den **Reis** in einem Sieb unter fließendem Wasser abspülen, bis das Wasser klar bleibt. Sobald das Wasser kocht, den **Reis** hineingeben und abgedeckt bei niedrigster Hitze 10-12Min. kochen, bis das Wasser aufgesogen und der **Reis** gar ist. Noch ca. 5Min. ohne Hitzezufuhr ziehen lassen.



5. Tomaten schneiden

Inzwischen die **Lauchzwiebeln** schräg in feine Ringe schneiden. Die **Tomaten** in kleine Würfel schneiden, dabei den Strunk entfernen.



6. Suppe fertigstellen

In den letzten ca. 5Min. der Kochzeit die **weißen Lauchzwiebelringe** und die **Tomaten** in die **Suppe** rühren und mitköcheln lassen. Die **Suppe** erneut mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit dem **Reis** und den **restlichen Lauchzwiebeln** garniert servieren.