

# MARLEY SPOON



## RS Käsiges Hühnersuppe mit Reis

aromatisch mit Brokkoli und Lauch



20-30min



2 Portionen

Diese Suppe ist ein echter Geheimtipp: Sie sieht nicht nur fantastisch aus, sondern sorgt mit viel Gemüse und zartem Reis auch dafür, dass man lange satt bleibt. Das Fleisch wird angebraten und erst zum Schluss mit Käse in die Suppe gegeben: So bleibt es würzig und saftig und ist ein echtes Erlebnis im Suppenteller. Die frisch-fröhliche Suppe sorgt für fröhliche Gemüter und eine Extraportion Gemütlichkeit - Nachschlag, bitte!

## Was du von uns bekommst

- 150g Bio-Basmatireis
- 1 Brokkoli
- 1 Stange Lauch
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Hähnchenbrustfilet
- 1 Pck. Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung
- 1 Pck. Hühnerbrühwürz
- 1 Pck. Hartkäse, gehobelt<sup>2</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- 1½EL Butter<sup>2</sup>
- 1EL Weizenmehl<sup>1</sup>
- Salz und Pfeffer
- Essig

## Küchenutensilien

- kleiner Topf mit Deckel
- mittelgroßer Topf mit Deckel
- Messbecher
- Sieb

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

## Allergene

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

## Nährwertangaben pro Portion

Energie 614kcal, Fett 14.4g, Kohlenhydrate 71.2g, Eiweiß 42.6g



### 1. Reis kochen

In einem kleinen Topf 300ml leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Den **Reis** in einem Sieb kalt abspülen, bis das Wasser klar bleibt. Sobald das Wasser kocht, den **Reis** hineingeben und abgedeckt bei niedrigster Hitze 12-14Min. kochen, bis das Wasser aufgesogen und der **Reis** gar ist. Noch ca. 5Min. ohne Hitzezufuhr ziehen lassen.



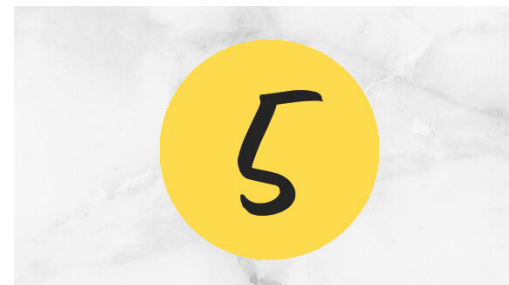
### 4. Suppe ansetzen

Den **Lauch** und den **Knoblauch** im Fleischtopf mit ½EL Butter und 1 Prise Salz ca. 2Min. glasig anbraten, dann 1EL Mehl unterrühren. Den **Brokkoli** zugeben und ca. 2Min. mitbraten. 700ml Wasser und das **Brühwürz** zugeben. Die **Suppe** abgedeckt bei starker Hitze aufkochen, dann die Hitze reduzieren und abgedeckt 9-10Min. köcheln lassen, dabei gelegentlich umrühren.



### 2. Gemüse schneiden

Den **Brokkoli** in mundgerechte Röschen schneiden, den **Strunk** ggf. schälen und in ca. 0,5cm große Würfel schneiden. Den **Lauch** längs halbieren und quer in dünne Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln.



### 5. Fleisch garen

Das **Fleisch** mit 2 Gabeln in kleinere Stücke reißen, am Ende der Kochzeit zusammen mit dem **Fleischsaft** in die **Suppe** geben, die ½ **des Käses** einrühren und weitere 2-3Min. köcheln lassen, bis das **Fleisch** durchgegart ist. Die **Suppe** mit 1EL (Weißwein-)Essig sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer (oder mehr nach Geschmack) würzen.



### 3. Fleisch anbraten





Das **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen, in ca. 2cm große Würfel schneiden und rundum mit der **Gewürzmischung** und je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen. Das **Fleisch** in einem mittelgroßen Topf mit 1EL Butter bei mittlerer Hitze 3-4Min. anbraten, bis es goldbraun, aber noch nicht durchgegart ist, dann aus dem Topf nehmen. Der Topf wird direkt weiterverwendet.



### 6. Servieren

Den **Reis** in Schüsseln anrichten, die **Suppe** darübergeben und mit dem **restlichen Käse** garniert servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte - ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Schau dir das Rezept in deinem Konto auf [marleyspoon.de](https://marleyspoon.de) an.     #marleyspooning