



Glasnudelsuppe mit Zucchini und Huhn

mit Kokosmilch und gelber Currypaste



ca. 25min



2 Personen

Heute geht unsere kulinarische Reise nach Südostasien! Gelbe Currypaste ist vor allem in der thailändischen Küche zu Hause, sowohl für Currys als auch in wärmenden Suppen. Sie ist milder als die rote oder die noch schärfere grüne Variante. In Kombination mit cremiger Kokosmilch, zartem Hähnchen, frischem Gemüse und Glasnudeln genau das Richtige, wenn es draußen grau und schmutzig ist. Guten Appetit!

- 1 rote Zwiebel
- 1 Stangensellerie ⁹
- 1 Zucchini
- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 1 Packung gelbe Currypaste
- 250ml Kokosmilch
- 1 Päckchen
Gemüsebrühgewürz
- 100g Vermicelli-Glasnudeln
- 1 Lauchzwiebel
- 1 unbehandelte Limette

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Pflanzenöl

- mittelgroßer Topf
- kleiner Topf
- Messbecher
- Sieb

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 751kcal, Fett 43.1g,
Kohlenhydrate 62.3g, Eiweiß 28.1g



1. Gemüse schneiden

Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den **Stangensellerie** in dünne Scheiben schneiden. Die **Zucchini** längs halbieren und quer in dünne Scheiben schneiden.



2. Fleisch vorbereiten

Das **Fleisch** trocken tupfen und jeweils der Länge nach in 3 gleich breite Streifen schneiden, diese Streifen dann quer in ca. 0,5cm dünne Scheiben schneiden. Anschließend mit 1EL Pflanzenöl und 1/2TL Salz vermengen.



3. Zwiebeln anbraten

Die **Zwiebeln** in einem mittelgroßen Topf mit 1EL Pflanzenöl und der **1/2 der Currypaste** bei mittlerer Hitze 1–2Min. anbraten. **Tipp:** Wer mag, kann auch mehr **Currypaste** verwenden.



4. Suppe ansetzen

Die **Zwiebeln** mit 800ml heißem Wasser und der **Kokosmilch** ablöschen, das **Brühgewürz** unterrühren. Dann den **Sellerie** und das **Fleisch** in die **Suppe** geben und 1-2Min. garen. Die **Suppe** mit Salz abschmecken. In einem kleinen Topf ausreichend leicht gesalzenes Wasser für die **Glasnudeln** zum Kochen bringen.



5. Zucchini zugeben

Die **Zucchini** in die **Suppe** geben und die **Suppe** noch 4-5Min. köcheln lassen, bis die **Zucchini** gar ist. Die **Nudeln** in das kochende Wasser geben, den Topf vom Herd nehmen und die **Nudeln** bedecken 3-5Min. ziehen lassen, dann in ein Sieb abgießen.



6. Garnitur vorbereiten

Die **Lauchzwiebel** schräg in feine Ringe schneiden. Die **Limette** vierteln und die **Suppe** mit etwas **Limettensaft** abschmecken. Dann die **Suppe** mit den **Glasnudeln** anrichten, mit den **Lauchzwiebeln** und etwas schwarzem Pfeffer garnieren und mit den **übrigen Limettenspalten** servieren.