

Rezept

# Asiatische Hühnersuppe

Ein Rezept von Asiatische Hühnersuppe, am 09.06.2026

## Zutaten

<b>2</b> Zwiebeln	<b>50 g</b> Galgantwurzeln
<b>100 g</b> frische Ingwerwurzel	<b>3</b> Stängel Zitronengras
Salz	<b>1</b> frisches Hähnchen
<b>2 TL</b> schwarze Pfefferkörner	<b>6</b> Möhren
<b>3</b> Lauchstangen	<b>6</b> Stangen Staudensellerie
<b>3 EL</b> Sojasauce	<b>1 Glas</b> Bambussprossen in Streifen (175 g Inhalt), abgetropft

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 3 GLÄSER À 1 L INHALT | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min

## Zubereitung

- 1.** Zwiebeln schälen und grob schneiden. Galgant und Ingwer schälen, Galgant in Scheiben, Ingwer in Stücke schneiden. Zitronengras waschen und flach klopfen.
- 2.** In einen Topf das Hähnchen, 2 EL Salz, Pfefferkörner, die vorbereiteten Zutaten und 2l Wasser geben. Alles aufkochen, zugedeckt 20 Min. kochen. Möhren schälen, Lauch putzen, waschen und beides in Scheiben schneiden. Selleriestangen waschen, putzen und in Streifen schneiden.
- 3.** Hähnchen aus der Suppe nehmen, diese durch ein feines Sieb in einen zweiten Topf gießen. Aufkochen, die Sojasauce zufügen und das Gemüse darin in 5 Min. recht bissfest garen. Bambussprossen untermischen und die Suppe mit Salz abschmecken.
- 4.** Hähnchenfleisch vom Knochen lösen, ohne die Haut in Stücke schneiden, auf die Gläser verteilen, die Suppe mit dem Gemüse darauffüllen. Die Gläser verschließen und einkochen.