Küchen Götter
GU Rezepte

Rezept

Asiatische Hühnersuppe mit Fadennudeln

Ein Rezept von Asiatische Hühnersuppe mit Fadennudeln, am 22.05.2025

Zutaten

200 g	Hähnchenbrustfilet
200 g	Möhren
200 g	Bambussprossen (in Scheiben; aus der Dose oder dem Glas)
150 g	Hartweizen-Fadennudeln (ersatzweise andere Suppennudeln ohne Ei)
100 g	Sojasprossen
2 EL	Sojasauce
200 g	Staudensellerie
3/4 l	Geflügelbrühe
1 TL	Fünf-Gewürze-Pulver
6 Scheiben	Vollkorntoast
2	Frühlingszwiebeln

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 654 kcal

Zubereitung

1. Das Filet kalt abspülen, trockentupfen und in Würfel schneiden. In einem tiefen Teller mit der Sojasauce marinieren, bis das Gemüse vorbereitet ist.

2. Möhren schälen, putzen und fein würfeln. Sellerie waschen, putzen und in feine Streifen schneiden. Bambussprossen abgießen.

3. Die Brühe aufkochen und das Fleisch samt Sojasauce, das vorbereitete Gemüse und das Fünf-Gewürze-Pulver zugeben. Bei mittlerer Hitze ca. 10 Min. köcheln lassen, dabei die Nudeln je nach Garzeit zugeben und bissfest garen.

4. Den Toast rösten. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Die Sprossen abbrausen, abtropfen lassen und mit den Frühlingszwiebeln kurz in der Suppe erwärmen. Mit dem Toast anrichten.