

Rezept

Kokos-Hühnersuppe

Ein Rezept von Kokos-Hühnersuppe, am 28.06.2026

Zutaten

Kokossuppe

60 g Palmzucker	1 Zwiebel
1 Stück Ingwer (ca. 100 g)	2 Knoblauchzehen
Salz	2 Stangen Zitronengras
500 g Kokosmilch	300 ml Hühnerbrühe (ersatzweise Gemüsebrühe oder Wasser)
80 ml Limettensaft	30 ml Fischsauce
10 Kaffir-Limettenblätter	20 g rote Currypaste

Suppeneinlage

3 Tomaten	1 rote Zwiebel
20 ml Öl	Salz
150 g Champignons	300 g Hähnchenbrustfilet
½ Bund Koriandergrün (wer nicht ganz so viel mag, nimmt einfach etwas weniger)	

Rezeptinfos

Portionsgröße Vorspeise für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 505 kcal, 32 g F, 25 g EW, 26 g KH

Zubereitung

- 1.** Kokossuppe: Den Palmzucker in einen großen Topf geben und bei mittlerer Hitze schmelzen lassen.

- 2.** Zwiebel, Ingwer und Knoblauch schälen und klein schneiden, zum Zucker geben. Alles salzen und unter Rühren karamellisieren lassen. Zitronengras waschen, mit einem Stößel kräftig andrücken und klein schneiden, in den Topf geben und kurz anschwitzen. Mit Kokosmilch, Brühe, Limettensaft und Fischsauce ablöschen. Die Limettenblätter dazugeben und die Kokossuppe ca. 20 Min. köcheln lassen.

- 3.** Dann die Suppe durch ein Sieb passieren und die rote Currypaste mit dem Pürierstab untermixen. Die Suppe abschmecken und auf dem Herd heiß halten.

- 4.** Suppeneinlage: Die Stielansätze der Tomaten keil-förmig ausschneiden, die Haut kreuzweise einritzen. Die Tomaten mit kochend heißem Wasser übergießen und blanchieren, dann häuten und achteln.

5. Die Zwiebel schälen und ebenfalls achteln. In einer Pfanne 10 ml Öl erhitzen. Darin die Zwiebelstücke bra-ten, bis sie leicht gebräunt sind und noch etwas Biss haben. Mit Salz würzen, aus der Pfanne nehmen.

6. Die Champignons putzen und vierteln. Das übrige Öl in der Pfanne erhitzen und darin die Pilze goldbraun und bissfest braten. Mit Salz würzen.

7. Das Hähnchenbrustfilet trocken tupfen, in schmale Streifen schneiden und kurz vor dem Servieren in der heißen Suppe in 3-5 Min. gar ziehen lassen. Durch das schonende Garen bleibt das Fleisch schön zart.

8. Den Koriander abbrausen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen.

9. Anrichten: Die Tomaten, die Zwiebel und die Pilze auf Suppenschalen oder tiefe Teller verteilen, die Suppe darübergießen. Die Korianderblättchen erst einen kleinen Moment später darüberstreuen.