



HÜHNERSUPPE MIT EIERSTICH

Zutaten (2 Portionen)

- 1 Suppenhuhn (küchenfertig)
- 1 Bund Suppengrün (1 Stange Porree, 2 Möhren, 1/2 Knollensellerie, 1 Zwiebel)
- Petersilie
- Thymian
- Salz
- 2 Eier
- 120 ml Mandelmilch
- Muskat



Zubereitung

Das Suppenhuhn zunächst unter fließendem Wasser gut abspülen und dann in einem großen Topf mit gesalzenem Wasser aufkochen. Den Schaum mit einer Schaumkelle abnehmen. Das Huhn ca. 25 Minuten ziehen lassen.

Das Gemüse putzen, klein schneiden. Die Zwiebel schälen und zusammen mit dem Gemüse mit in den Topf geben. Die Suppe weitere 25 Minuten köcheln lassen. Nun das Huhn vorsichtig aus dem Topf nehmen, die Haut entfernen, das Fleisch von Knochen lösen und klein schneiden.

Während die Suppe köchelt, kann der Eierstich hergestellt werden. Hierzu die Eier mit der Milch, etwas Salz und Muskat verschlagen. Die Mischung in eine gefettete Form füllen, mit Alufolie abdecken und in köchelndes Wasser stellen. Nach ca. 30 Minuten stockt die Masse. Dann kann die Form gestürzt und die Masse in Würfeln geschnitten werden. Den Eierstich zur fertigen Suppe geben, diese mit den Kräutern und Salz abschmecken und noch einmal kurz aufkochen.

Rezeptvariation

Statt mit Huhn schmeckt die Suppe auch mit Rindfleisch sehr gut

gesund & aktiv informiert

Hühnersuppe wird gern bei Erkältungen gegessen. Die heiße Flüssigkeit hält die Schleimhäute feucht und hilft Schleim zu lösen. Außerdem wirken Inhaltsstoffe der Suppe entzündungshemmend.

