

Tom Kha Gai



ZUTATEN (2-3 Portionen):

- 1 Dose Kokosmilch (400 ml)
 - 300 ml Hühnerbrühe
 - 200-300g Hühnerbrustfilet
 - 100 g Champignons
 - 2 Stiele Zitronengras
 - 1 Zwiebel
 - 2 Zehen Knoblauch
 - 4 cm Ingwer
 - 1-2 Chilischoten
 - 1 Limette (Saft)
 - 2 EL Sojasauce zum Abschmecken
-
- Für die Garnitur:
 - Koriandergrün
 - 2 Lauchzwiebeln

SCHRITTE:

- 1) Das Hühnerbrustfilet waschen, in kleine mundgerechte Stücke schneiden und beiseitelegen.
- 2) Nun die anderen Zutaten vorbereiten. Zitronengras in 3 cm lange Stücke schneiden und leicht quetschen.
- 3) Ingwer in dünne Streifen schneiden, Chili entkernen und ebenfalls in dünne Streifen schneiden.
- 4) Zwiebel und Knoblauch schälen und klein schneiden.
- 5) Champignons in Scheiben schneiden und beiseitelegen.
- 6) Nun Zwiebeln, Chili, Ingwer, Knoblauch und Zitronengras im Topf mit etwas Öl glasig anlaufen lassen. Dann mit Brühe und Kokosmilch aufgießen, kurz aufkochen und 10 Minuten köcheln lassen.
- 7) Danach Champignons hinzufügen und weitere 5 Minuten köcheln lassen.
- 8) Anschließend Hähnchenfleisch dazugeben und wenige Minuten auf kleiner Flamme garen, sodass es zart bleibt.
- 9) Die Zitronengrasstiele wieder aus der Suppe entfernen (sollen nur Geschmack geben).
- 10) Zum Schluss mit etwas Limettensaft und Sojasauce abschmecken, bei Bedarf salzen.
- 11) Die Suppe noch wenige Minuten ziehen lassen und anschließend mit Koriandergrün und/oder geschnittenen Lauchzwiebeln in einer Schale servieren.

GEHEIMTIPP:

Als Einlage können Reis- oder Glasnudeln verwendet werden. Unser Tipp: Bio Vollkorn-Reisbandnudeln – machen satt und liefern wertvolle Ballaststoffe.

**Unser
Club.de**

