

Hühnersuppe

Mit dem Rezept für eine Hühnersuppe lassen sich nicht nur Kranke wieder fit machen, sie schmeckt einfach super und ist in jeder Lebenslage ein Genuss!

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 35 min

Koch/Backzeit: 1,7 h

Gesamtzeit: 2,3 h



Zutaten

1 Stk.	Suppenhuhn
1 Stk.	Sellerie (gewürfelt)
2 Stk.	Karotten
1 Stk.	Zwiebel
1 Stk.	Lauch (klein)
1 Bund	Petersilie
5 Stk.	Datteln (chinesische)
1 TL	Liebstockel
1 Stk.	Ingwer (klein und geschält)
1 Prise	Pfefferkörner
1 Prise	Wacholderbeeren
1 Prise	Salz
1 Prise	Kurkuma
1 Schuss	Sojasauce

Zubereitung

1. Für die **Hühnersuppe** als Erstes etwa einen Liter kaltes Wasser in einen Topf geben und das Suppenhuhn hineinlegen. Anschließend auf den Herd stellen und zum Kochen bringen. Das

Huhn für etwa fünf Minuten köcheln lassen.

2. Währenddessen eine Zwiebel schälen und halbieren. Die Karotten schälen und in grobe Scheiben schneiden. Den Sellerie, den Ingwer und die Petersilienwurzel ebenfalls schälen und in Würfel schneiden. Danach den Lauch waschen, abtropfen lassen und in Scheiben schneiden.
3. Jetzt das Wasser abgießen, den Topf säubern und das Huhn mit heißem Wasser abbrausen. Den Topf wieder auf den Herd stellen, etwas Öl hineingeben und wenn der Topf wieder heiß ist, die Zwiebeln in den Topf geben. Für etwa eine Minute andünsten lassen, danach die Karotten, Sellerie, Petersilienwurzeln, Lauch und Ingwer zugeben und für etwa zwei weitere Minuten braten.
4. Als Nächstes das heiße Wasser aufgießen und das Huhn hineinlegen. Danach Salz, Pfefferkörner, Kurkuma, rote Datteln und Wacholderbeeren in den Topf geben und umrühren. Jetzt die Petersilie waschen, fein hacken und ebenfalls in die Suppe einrühren. Es sollte im Topf jetzt alles mit Wasser bedeckt sein, gegebenenfalls etwas Wasser nachfüllen, bis alles bedeckt ist. Den Topf mit einem Deckel bedecken und alles bei mittlerer Hitze für etwa eineinhalb Stunden köcheln lassen.
5. Nach der Kochzeit, das Huhn herausnehmen, kurz abkühlen lassen, dann das Fleisch von den Knochen lösen und beiseite stellen.
6. Die Karkasse und die Haut des Hühnchens wieder in den Topf geben, alles nochmals für ein bis zwei Stunden weiter köcheln lassen.
7. Anschließend die Suppe abseihen, das ausgelöste Fleisch in mundgerechte Stücke schneiden und wieder in die Suppe geben. Für etwa zwanzig Minuten köcheln lassen. Die Suppe dann noch mit Salz, Pfeffer und Sojasauce abschmecken. Heiß servieren.

Tipp

Die Suppe ist, heiß in Schraubglasgläser gefüllt, im Kühlschrank für mindestens eine Woche haltbar. Sie schmeckt auch sehr gut, wenn nach dem Abseihen frisches Gemüse wie Karotten, Sellerie, Petersilie usw. erneut zugegeben wird und alles nochmals für etwa eine Stunde gekocht wird.