

„PHO GA“ VIETNAMESISCHE REISBANDNUDELSUPPE mit pochiertem Hähnchenbrust und frischen Kräutern



Zutaten für 4 Portionen

Für die Suppe:

- 4 Hähnchenbrustfilets
- 2 l Hühnerbrühe
- 1 Zwiebel, halbiert
- 1 Stück (daumengroß) frischer Ingwer, in Scheiben geschnitten
- 4 Sternanis
- 4 Nelken
- 2 Zimtstangen
- 2 TL Koriandersamen
- 1 TL Fenchelsamen
- 2 TL Zucker
- 2 EL Fischsoße
- Salz und Pfeffer nach Geschmack

Für die eingelegten roten Essigzwiebeln:

- 2 große rote Zwiebeln, in dünne Ringe geschnitten
- 1 Tasse Reisessig
- 2 EL Zucker
- 1 TL Salz

Für die Nudeln und Toppings:

- 400 g Reisbandnudeln
- frische Kräuter (Koriander, Thai-Basilikum, Minze)
- 2 Limetten, in Wedges geschnitten
- 2-3 Frühlingszwiebeln, in Ringe geschnitten
- Sprossen (Mungo Bohnensprossen)
- Rote Chili-Schoten, in dünne Ringe geschnitten

Zubereitung

1 Zuerst die eingelegten roten Essigzwiebeln vorbereiten. Die Zwiebelringe in eine Schüssel geben. In einem kleinen Topf Reisessig, Zucker und Salz erhitzen, bis sich Zucker und Salz aufgelöst haben. Die Essigmischung über die Zwiebeln gießen und gut umrühren. Die Zwiebeln mindestens 30 Minuten einweichen lassen.

2 Die Hühnerbrühe in einen großen Topf geben und zum Kochen bringen. Die Zwiebelhälften und den Ingwer in einer Pfanne ohne Öl anrösten, bis sie leicht gebräunt sind. Dann in die Hühnerbrühe geben.

3 Die Gewürze (Sternanis, Nelken, Zimtstangen, Koriandersamen und Fenchelsamen) in ein Teesieb geben und in die Brühe legen.

4 Die Hähnchenbrustfilets in die Brühe geben und bei mittlerer Hitze 20-25 Minuten köcheln lassen, bis das Hähnchen durchgegart ist, herausnehmen und zur Seite stellen.

5 Die Brühe durch ein feines Sieb gießen, um die festen Bestandteile zu entfernen. Die klare Brühe zurück in den Topf geben und Zucker und Fischsoße hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

6 Die Reisbandnudeln nach den Anweisungen auf der Verpackung kochen, abgießen und zur Seite stellen.

7 Das gekochte Hähnchen in dünne Scheiben schneiden.

8 Um die Suppe zu servieren, legen Sie eine Portion Reisbandnudeln in eine Schüssel. Legen Sie einige Hähnchenscheiben darauf und gießen Sie die heiße Brühe darüber.

9 Servieren Sie die Suppe mit frischen Kräutern (Koriander, Thai-Basilikum, Minze), Limetten, Frühlingszwiebeln, Mungo Bohnensprossen, Chili und den Essigzwiebeln.



Für weitere Infos und Wissenswertes auf unserer Aktionsseite QR-Code scannen

