

Kreolische Kokossuppe

Ausländische Küche » Karibische Küche

Zutaten (4 Personen)

- » 2 Stangen Zitronengras
- » 30g Ingwer
- » 250g Champignons
- » 3 Tomate(n)
- » 2 rote Chilischote(n)
- » 350g Hähnchenbrustfilet(s)
- » 400ml Kokosmilch
- » 4 EL Zitronensaft
- » 4 EL Fisch-Soße
- » Salz & Pfeffer
- » 1/2 Bd. Koriander

Bewertung



Beschaffung
Spezial-Laden



Kosten
11-15€



Zubereitungszeit
31-60min

Zubereitung

1. Das Zitronengras abbrausen, putzen und in etwa 6cm große Stücke schneiden. Ingwer schälen und fein reiben. Champignons putzen, abreiben und je nach Größe halbieren oder vierteln. Tomaten waschen, achteln, entkernen.

2. Die Chilischoten waschen, putzen, entkernen und in sehr feine Ringe schneiden. Das Hähnchenbrustfilet abbrausen, trockentupfen und quer in ca. 1cm breite Streifen schneiden. Die Kokosmilch in einem großen Topf erhitzen. Zitronengras und Ingwer dazugeben, aufkochen und ca. 2min offen kochen lassen.

3. Dann 500ml Wasser angießen und aufkochen lassen. Hähnchenstreifen, Pilze sowie Tomaten zufügen und bei mittlerer Hitze etwa 15min köcheln lassen. Mit Zitronensaft und Fisch-Soße, Salz und Pfeffer abschmecken. Das Koriandergrün abbrausen, trockenschütteln und die Blättchen abzupfen. Die Kokossuppe in tiefen Tellern anrichten und mit Koriander sowie Chiliringen bestreut servieren.

Nährwerte: 130kcal/E23g/F1g/KH7g pro Portion

angelegt am: 05.03.2005

Rezept-Nr: 1615

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke