

Exotische Kokos-Curry-Suppe

Ausländische Küche » Asiatische Küche » Vor-Suppen

Zutaten (8 Personen)

- » 300g Lauchzwiebel(n)
- » 3 Knoblauchzehe(n)
- » 20g Ingwer
- » 750g Putenbrust/-brüste
- » 5EI Öl
- » Salz & Pfeffer
- » 2TL Curry
- » 1/2TL Koriander
- » 1l/2l Instant-Hühner-Brühe
- » 1 Dose Kokosmilch
- » 200g Schlagsahne
- » 50g Mehl
- » 1 Topf Koriander
- » 2-3EL Limettensaft
- » 40g Kokoschips
- » Limettenscheibe(n)

Bewertung



Beschaffung

guten Supermarkt



Kosten

11-15€



Zubereitungszeit

31-60min

Zubereitung

Vorbereitung:

- Lauchzwiebeln putzen, in Ringe schneiden
- Ingwer und Knoblauch hacken
- Fleisch würfeln
- Koriander waschen, Blätter abzupfen
- Sahne und Mehl verrühren

Fertigstellung:

- Fleisch anbraten, würzen und herausnehmen
- Lauch anbraten
- Gewürze zufügen
- mit Brühe und Kokosmilch ablöschen
- Mehl-Sahne einrühren
- 5min köcheln lassen
- mit Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken
- Fleisch zugeben, erwärmen
- Suppe mit Kokoschips und Korianderblättchen bestreuen
- mit Limettenscheiben garnieren
- dazu frisches Baguette reichen

Nährwerte: 340kcal/E27g/F20g/KH11g pro Portion

angelegt am: 28.08.2002

Rezept-Nr: 54

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