



HÜHNERSUPPE MIT REGENBOGEN-GEMÜSE



Für 4 Personen

ZUTATEN

8 Hühnerschenkel
2 EL Olivenöl
½ TL Salz
½ TL frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
1 Liter Hühnerbrühe
2 mittelgroße Kartoffeln, geschält und in mundgerechte Stückchen geschnitten
2 mittelgroße Karotten, geschält und in mundgerechte Stückchen geschnitten
100 g gesäuberte grüne Bohnen (frisch oder tiefgefroren)
1 gelbe Paprika, in feine Streifen geschnitten
50 g bunter Mangold
¼ Rotkraut, in dünne Streifen geschnitten
2 Radieschen, dünn geschnitten
1 EL fein gehackte Petersilie

ZUBEREITUNG

Backofen auf 190°C CircoTherm® Heißluft vorheizen. Hühnerschenkel auf ein hitzebeständiges Backblech legen und mit Öl beträufeln, salzen und pfeffern. Im Backofen bei mittlerer Dampfzugabe 25 Minuten braten, bis die Hühnerschenkel goldbraun sind. Einen großen Topf auf das Induktionskochfeld stellen. Hühnerschenkel und alle Bratsäfte vom Backblech in den Topf geben. Eventuell Bratrückstände mit etwas Brühe lösen und mit in den Topf geben. Restliche Hühnerbrühe ebenfalls in den Topf geben, nochmals salzen und pfeffern. Kartoffeln und Karotten dazugeben und aufkochen lassen. Zwölf Minuten köcheln, dann die grünen Bohnen und gelbe Paprika dazugeben und weitere fünf Minuten köcheln lassen. Mangold dazugeben und 2-3 Minuten köcheln lassen, bis er weich ist. Hitze stark reduzieren.

Mit einer Küchenzange die Hühnerschenkel aus dem Topf nehmen, auf ein Küchenbrett legen und mit einer Gabel das Hühnerfleisch lösen. Das gesamte Hühnerfleisch zurück in den Topf legen und die Knochen entsorgen.

Gut umrühren und die Suppe in vier Suppenschalen aufteilen. Mit Rotkrautstreifen, Radieschen und frisch geschnittener Petersilie garnieren.