

Frühlingsfrische Hühnersuppe



- 6 Hühnerbeine
- 1 Stange Porree
- 2 Möhren
- 1 kleine Knolle Sellerie
- Petersilie
- Salz
- Pfeffer

Für die Suppeneinlage:

- 1 Bund grüner Spargel
- Braune Champignons
- Glatte Petersilie
- 3 Eier
- 120 ml Milch
- Salz

Normalerweise kocht man ja ein Suppenhuhn, lange und langsam. Das mache ich auch gerne, aber wenn es schnell gehen muss und / oder gerade kein frisches Suppenhuhn zur Verfügung steht nehme ich Hühnerbeine. Durch das schonende garen im Dampfgarer wird die Suppe besonders aromatisch.

Lasst es euch schmecken



Zubereitung

Die Hühnerbeine mit dem Suppengemüse und etwas Meersalz in einen flachen Topf geben, mit Wasser auffüllen und 80 Minuten bei 100 Grad 100% Feuchte im Dampfgarer garen. Alternativ auf dem Herd kochen.

Für den Eierstich die Eier mit der Milch und etwas Salz verquirlen. Ich kleide eine flache Glasschale mit Frischhaltefolie aus gebe die Eimischung rein und stelle es ebenfalls in den Dampfgarer. Der benötigt ca. 30-40 Minuten. Alternativ kann die Eismasse auch in einen Gefrierbeutel im Wasserbad gegart werden.

Den Spargel und die Champignons putzen und schneiden.

Die Hühnerbeine und das Suppengemüse aus der Brühe nehmen. Den Spargel und die Champignons in die Brühe geben und noch einmal für 15 Minuten in den Dampfgarer.

In der Zwischenzeit das Fleisch von den Hühnerbeinen lösen und kleinschneiden. Petersilie hacken. Den Eierstich aus der Schüssel stürzen. Hier hat sich jetzt das auskleiden mit der Frischhaltefolie gelohnt. Eierstich in Würfel schneiden. Alle Zutaten in die Suppe geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Weitere Rezepte und Ideen findest du auf www.bellamade.blog