



Currysuppe

Zutaten für 4 Portionen

- » 4 Frühlingszwiebeln
- » 2 Knoblauchzehen
- » 1 Stück frischer Ingwer *etwa 2 cm*
- » 1 Mango
- » 400 g Hähnchenbrustfilet
- » ½ Bio-Zitrone
- » 2 EL Butter
- » 2 TL Currypulver *am besten Madras*
- » 1 TL Mehl
- » 1 l Hühnerbrühe
- » Salz
- » Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

Vorbereitung

1. Wasche die Frühlingszwiebeln, schneide die welken dunkelgrünen Teile und die Wurzeln ab. Schneide das knackige Grün der Zwiebeln fein und lege es beiseite. Hacke den Rest der Zwiebeln fein.

2. Schäle den Knoblauch und den Ingwer und schneide sie fein.

3. Schäle die Mango, schneide das Fruchtfleisch vom Stein ab und würfle es klein.

4. Wasche die Zitronenhälfte und schneide sie in feine Streifen. Presse die Zitronenhälfte aus und lege den Saft beiseite.

Zubereitung

1. Erhitze 1 EL Butter im Suppentopf, dünste die Zwiebeln, den Knoblauch und den Ingwer darin an. Bestäube mit Currypulver und Mehl und schwitze alles kurz an.

2. Füge unter Rühren die Hühnerbrühe hinzu und bringe sie zum Kochen. Gib die Mangowürfel in die Suppe und lasse alles etwa 5–7 Minuten köcheln.

3. Schmelze die restliche Butter in einer Pfanne und brate die Hähnchenbrustfilets bei mittlerer Hitze, bis sie gleichmäßig gebräunt sind. Würze das Hähnchen mit Salz und Pfeffer.

4. Püriere die Suppe und schmecke sie mit Salz, Pfeffer sowie 2-3 TL Zitronensaft ab. Fülle die Suppe in vorgewärmte Suppenteller.

5. Garniere die Suppe mit Hähnchenstreifen und Zwiebelringen.