

Hühnersuppe mit Nudeln

Ein deftiges Suppenggericht mit viel Fleisch, glutenfreien Nudeln und Gemüse!

glutenfrei, weizenfrei, milchfrei, eifrei, fruktosearm, maisfrei siehe Tipp am Rezeptende



Für 4 – 6 Personen

1 Suppenhuhn

1 EL Speiseöl

2 L Wasser

Salz

600g Suppengemüse (Karotten, Sellerie, Lauch)

1 Bund Petersilie

150g glutenfreie Suppennudeln

etwas fein gewiegte Petersilie

1. Das Suppenhuhn in 4-6 Teile zerlegen. Öl in einem großen Topf erhitzen, die Fleischteile zugeben und von allen Seiten goldgelb braten. Wasser und Salz zugeben, alles zum Kochen bringen, dann abschäumen. Zugedeckt in etwa 2-2,5 Stunden weich kochen.

2. Unterdessen das Suppengemüse klein schneiden und beiseite stellen.

3. Die Fleischteile herausnehmen, von Knochen und Häuten lösen und das Fleisch in kleine Würfel schneiden.

4. Die Flüssigkeit durchseihen, um kleine Knochenteile zu entfernen. Suppengemüse zugeben und kochen, bis das Gemüse bissfest ist. Bei Bedarf noch Wasser zugeben.

5. Glutenfreie Suppennudeln nach Anleitung in einem extra Topf nach Packungsanleitung kochen, abseihen und kalt überbrausen.
6. Anschließend das Fleisch und die Nudeln in die heiße Brühe geben. Die Suppe mit fein gewiegter Petersilie bestreuen.

Tipp: Wer die Suppe besonders würzig mag, kann glutenfreie Instant-Boullion zugeben. Gewürze wie Galgant, Bertram und Ysop runden den Geschmack der Suppe perfekt ab!

Maisfrei – Tipp: Glutenfreie Ramen-Nudeln auf Reisvollkornbasis von z.B. Terrasana verwenden.

