



Kokossuppe Tom Kha Gai

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
10min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Ingwer, frisch	10 g
Knoblauchzehen	1 St.
Peperoni Mix	1 St.
Champignons, weiß	300 g
Paprika, rot	2 St.
Frühlingszwiebeln	1 Bund
Hähnchenbrustfilets	400 g
Öl	2 EL
Kokosnussmilch	400 ml
Geflügelbrühe	600 ml
Salz	
Zucker	
Bio Limetten	1 St.
Koriander, frisch	15 g

Zubereitung



Küchenutensilien

Monsieur Cuisine

1. Ingwer und Knoblauch schälen. Peperoni halbieren und Kerngehäuse entfernen. Champignons ggf. säubern und je nach Größe vierteln oder halbieren. Paprika waschen, Kerngehäuse entfernen und in Streifen schneiden. Frühlingszwiebeln waschen, trocken schütteln, weiße und grüne Teile getrennt voneinander in feine Ringe schneiden. Hähnchenbrustfilets waschen, trocken tupfen und in dünne Streifen schneiden.
2. In den Mixbehälter Ingwer, Knoblauch und Peperoni geben und 4 Sek./Stufe 8 zerkleinern. Mit dem Spatel nach unten schieben. Öl zugeben und Anbratstufe/3 Min. braten. Mit Kokosmilch und Brühe aufgießen. Suppe mit Salz und etwas Zucker würzen und für 10 Min./Stufe 1/100 °C aufkochen.
3. Anschließend Champignons, Paprika, weiße Frühlingszwiebeln und Hähnchenbrust zugeben und weitere 10 Min./Stufe 1/100 °C garen.
4. Limette in Spalten schneiden. Koriander waschen, trocken schütteln und Blättchen von den Stielen zupfen. Fertige Kokossuppe Tom Kha Gai mit Salz abschmecken und mit Koriander, grünen Frühlingszwiebelringen und Limettenspalten garniert servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	471 kcal
Kohlenhydrate	20 g
Eiweiß	29 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	32 g