



KOCHMOMENTE

Rezept Telegraph #27

Butternut-Kürbis-Rezept „Asia-Style“

Zutaten für 6 Personen:

3 Hähnchenbrüste, 650 g Butternut-Kürbis, 1 Zwiebel, 1/2 Stange Porree, 3 Knoblauchzehen, 1 rote Chili, 60 g frischer Ingwer, 4 Stängel Zitronengras, 1 l Gemüsebrühe, 2 EL Sojasauce, 1 TL Fischsauce, 1 EL Austernsauce, 500 ml Kokosmilch

Topping:

frischer Koriander, frischer Chili, Erdnüsse

Zubereitung:

Die Hähnchenbrüste in einem Topf mit Wasser kochen, bis sie gar sind – ca. 20 Minuten.

Kürbis schälen und zusammen mit Zwiebel, Knoblauch, Chili, Porree und Ingwer in grobe Würfel schneiden. Die äußeren Blätter vom Zitronengras entfernen und den unteren, weißen Teil mit der Rückseite eines Messers klopfen. Stängel abschneiden und aufbewahren. Den unteren, weißen Teil fein hacken und in einem großen Topf zusammen mit dem Kürbis, Porree, Knoblauch, Ingwer und Chili anschwitzen.

Mit Brühe, Sojasauce, Fischsauce und Austernsauce* ablöschen, die Zitronengrasstängel hinzufügen. ca. 20 Minuten kochen lassen, bis der Kürbis weich ist. Kokosmilch dazugeben und weitere 5 Minuten kochen lassen. Den Topf von der Platte nehmen und die Stängel herausfischen, bevor die Suppe mit dem Stabmixer oder Küchenmixer glatt gemixt wird.

Die fertig gekochten Hähnchenbrüste mit zwei Gabeln grob zerpflücken und in die Suppe geben. Mit Koriander, frischer Chili und Erdnüssen garnieren.

(*Fischsauce und Austernsauce gibt es im Asia Shop auch vegan)