

FLEISCHSUPPE MIT MORCHELN



Für 4 Personen



Zubereitungszeit: ca. 1 Std.



Zutaten:

- 1,2 Liter Hühnerbrühe
- 1 Hähnchenkeule
- 100 g Hackfleisch vom Rind
- 10 g Morcheln, getrocknet
- 1/4 Dose Bambusscheiben,
- 1/2 Paprikaschote
- 30 ml Sojasauce
- 2 Eier
- 1-2 EL Zucker
- 1-2 EL Essig
- Salz
- Sambal Oelek
- Cayennepfeffer
- Chilipulver
- 3 EL Speisestärke oder Reismehl zum andicken
- 1 TL Öl
- 6 EL Wasser



Zubereitung:

Morcheln einige Stunden in heißem Wasser quellen lassen und Hähnchenkeulen in Wasser oder Hühnerbrühe garen.

Rind in einer heißen Pfanne bröselig anbraten und nach Bedarf würzen. Hähnchenfleisch, Bambus, Morcheln und Paprikaschoten in kleine Würfelchen schneiden. Alle Zutaten in die Hühnerbrühe geben und aufkochen. Sojasauce dazugeben, mit Salz, Essig, Zucker und Sambal Oelek abschmecken. Nach Bedarf auch mit Cayennepfeffer und Chilipulver würzen.

6 EL Wasser mit 3 EL Speisestärke oder Reismehl verrühren und in die kochende Suppe geben, gut umrühren. Diesen Vorgang so oft wiederholen, bis man die gewünschte Konsistenz hat. Zum Schluss die beiden Eier mit Öl verquirlen und tröpfchenweise in die Suppe geben.

Tip:

Für ein stärkeres Aroma kann etwas Flüssigkeit vom Bambus in die Suppe gegeben werden.



Kostenfreie Hotline für Deutschland: 0800 / 74 59 746 International: 00800 / 74 59 7467

Hawlik Gesundheitsprodukte GmbH
Gewerbestr. 8
D-82064 Straßlach

Tel: (+49) 08170 / 9959 - 0
Fax: (+49) 08170 / 9959 - 250
E-Mail: KAM@pilzshop.de
www.pilzshop.de

Sitz der Gesellschaft: Straßlach
HRB 187334 AG München
Geschäftsführer:
Willy Hawlik, Benjamin Hawlik

HAWLIK
GESUNDHEITSPRODUKTE