

Hühnersuppe / -brühe

Sonntagsbrühe

ein halbes Suppenhuhn oder ein kleines Perlhuhn
ein Stück Rindfleisch mit Knochen
ca. 4-5 Liter Wasser

2 Stangen Sellerie
Etwas Petersiliengrün
2 Karotten
2 Schalotten
2-3 Kartoffeln
ein Paar Pfefferkörner
eine gut gewaschene Bio-Parmesankruste
eine reife Tomate oder ein EL Tomatensauce (Passata)
Zitronenschale

Wasser aufsetzen, Parmesankruste, Pfefferkörner, Kräuter und Gemüse in grobe Stücke dazu geben und zum Kochen bringen. Brühe mit Salz abschmecken. Erst dann das Fleisch dazu geben. So bleibt das Fleisch aromatischer, die Brühe bekommt aber den Geschmack durch besonders viel Gemüse.

Mindestens 2-3 Stunden köcheln lassen. Das Fleisch ist gar, wenn es vom Knochen fällt. Fleisch herausnehmen und warm stellen. Brühe durch ein Sieb geben, Gemüse leicht gegen das Sieb drücken. Gefilterte Brühe nochmals erhitzen, evtl. mit Salz, Zitronensaft und einem Stück Zitronenschale abschmecken. Fleisch lauwarm mit grüner Sauce servieren.

Hühnersuppe für jeden Tag

2 Schenkel einer Bio-Poularde

2 Stangen Sellerie

Etwas Petersiliengrün

2 Karotten

2 Schalotten

2-3 Kartoffeln

ein Paar Pfefferkörner

eine gut gewaschene Bio-Parmesankruste

Frischer Ingwer in Scheiben

ein paar getrocknete Steinpilze

1 Stück Hokkaido-Kürbis

eine reife Tomate oder ein EL Tomatensauce (Passata)

Zitronenschale

Wie oben verfahren.

Nur Karotten- und Kartoffeln erst ca. 30 Minuten vor Ende der Garzeit dazu geben, damit sie nicht zerfallen. Dann Fleisch, Karotten und Kartoffeln herausnehmen und warm stellen. Brühe filtern, Gemüse leicht gegen das Sieb drücken. Gefilterte Brühe nochmals erhitzen, evtl. mit Salz, Zitronensaft und einem Stück Zitronenschale abschmecken. Fleisch vom Knochen lösen und in schöne Streifen schneiden.

Brühe in Teller oder Schalen mit Kartoffel- und Karottenstücken und Fleischstreifen servieren.