



DAS REZEPT VOM DIENSTAG, 08.12.2009

## Asiatische Kokosmilchsuppe



### Für 4 Personen

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

### Zutaten

- 2 Frühlingszwiebeln
- 80 g braune Champignons
- 2 Limetten
- 1 EL Erdnussöl
- 2 Karotten
- 4 dl Gemüsebouillon
- 5 dl Kokosmilch
- 300 g Pouletgeschnetzeltes
- ca. 4 EL Sojasauce

### Zubereitung

1. Frühlingszwiebeln fein hacken. Für die Garnitur etwas Grün zur Seite legen. Von den Pilzen die Stiele entfernen, Pilzhüte in dünne Streifen schneiden. Limetten auspressen.
2. Frühlingszwiebeln in Öl dünsten. Champignons begeben. Karotten mit einer Röstiraffel direkt dazu raffeln. Kurz mitdünsten, mit Gemüsebouillon und Kokosmilch ablöschen. Aufkochen.
3. Hitze reduzieren, Pouletgeschnetzeltes begeben. Zugedeckt ca. 10 Minuten köcheln lassen. Pfanne vom Herd nehmen. Suppe mit Limettensaft und Sojasauce abschmecken. Mit beiseite gestellten Frühlingszwiebeln garnieren.

### Nährwerte pro Person

1600 kJ | 380 kcal | Fett: 28 g | Eiweiss: 21 g | Kohlenhydrate: 13 g

  


Rezepte suchen »

Content by **saisonné**küche



DAS REZEPT VOM MONTAG, 07.12.2009

### Miesmuscheln mit Speck

[Rezept lesen](#)



DAS REZEPT VOM SONNTAG, 06.12.2009

### Kartoffelgratin mit Lauch

[Rezept lesen](#)



DAS REZEPT VOM SAMSTAG, 05.12.2009

## Rindsfilet unter der Pilzhaube

[Rezept lesen](#)

---



DAS REZEPT VOM FREITAG, 04.12.2009

## Nudeln mit Gemüse aus dem Wok

[Rezept lesen](#)

---



DAS REZEPT VOM DONNERSTAG, 03.12.2009

## Flammkuchen mit Trutenfleisch

[Rezept lesen](#)