

Hühner-Brühe

Für 2 l Suppe

1 frisches Suppenhuhn	1 Suppenbund	3 Lorbeerblätter
1 Bund Petersilie	1 EL schwarze Pfefferkörner	1 EL Piment
1 EL Fenchelsaat	1 Zweig Rosmarin	1 Knolle Fenchel
1 Stange Zitronengras	1 Stück Ingwer	1 Knolle Knoblauch
2 Zwiebeln	2 l Wasser	

Suppenbund, Zwiebeln, Fenchelknolle und Knoblauch säubern und in Stücke schneiden. Zitronengras andrücken und halbieren. Die vorbereiteten Zutaten mit dem Huhn und den Gewürzen in einen ausreichend großen Topf geben. Etwa 2 l kaltes Wasser hinzufügen. Die Zutaten sollten knapp bedeckt sein.

Gegebenenfalls etwas mehr Wasser hinzufügen. Alles einmal aufkochen lassen, dann die Hitze reduzieren und die Brühe 2 Stunden köcheln lassen.

Die Brühe durch ein feines Sieb gießen und die Zutaten auffangen. Die Brühe entfetten und gegebenenfalls mit Salz abschmecken.

Tipp:

Das Hühnerfleisch kann man entweder mit in die Suppe geben oder anderweitig verwenden und daraus einen Salat oder andere Gerichte zubereiten. Die Brühe eignet sich als Suppe oder als Grundlage für viele Schmorgerichte. Man kann sie auch in Portionen aufteilen und einfrieren.

Rainer Sass am 25. März 2020