

Ingwer-Kokos-Suppe mit Shirataki-Nudeln, Hähnchen-Spieß

Für zwei Personen

Für die Suppe:

$\frac{1}{2}$ Bund Frühlingszwiebeln	2 rote Chilis	2 Knoblauchzehen
1 Knolle Ingwer à 3 cm	1 Limette, Saft	200 ml Kokosmilch
300 ml Hühnerfond	2 TL glutenfreie Sojasauce	2 EL Kokosöl

Für den Spieß:

1 Hühnerbrust à 150 g	2 Stangen Zitronengras	4 EL Erdnussöl
Salz	Pfeffer	

Für die Nudeln:

120 g Shiratakinudeln	feines Salz
-----------------------	-------------

Für die Suppe:

Den Ingwer schälen und fein reiben.

Kokosmilch und Fond mit dem Ingwer in einem kleinen Topf aufkochen und zugedeckt ca. 10 Minuten köcheln lassen.

Die Frühlingszwiebeln von der äußeren Schale befreien, putzen und in feine Ringe schneiden. Knoblauch abziehen und fein hacken. Chilis halbieren, entkernen, fein hacken.

Den Wok erhitzen, Kokosöl darin heiß werden lassen. Zwiebelwürfel, Knoblauch und Chili kurz braten, mit der Ingwer-Kokosmilch ablöschen und aufkochen. Zwiebelringe zugeben und alles mit Limettensaft und Sojasauce abschmecken.

Für den Spieß:

Die Hühnerbrust waschen, trocken tupfen, in 1 x 3 cm große Streifen schneiden und auf das Zitronengras ziehen.

Eine Pfanne mit Erdnussöl erhitzen und den Spieß 2 Minuten rundum braten.

Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Nudeln:

Shiratakinudeln in ein Sieb schütten, mehrfach abspülen. Die Nudeln in Salzwasser 1 Minute kochen, dann abgießen. Die Nudeln der Suppe zugeben und noch einmal 3 Minuten köcheln.

Die Suppe in Schüsseln mit dem Hähnchen-Zitronengras-Spieß anrichten und servieren.

Rüdiger Grünwald am 23. April 2018