



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Kochrezepte

Hühnersuppe

Tavuk Çorbası



1 Hühnerbrust
1 EL Butter
4 EL ÖL
1 mittel grosse Zwiebel
3 EL Mehl
2 KL Salz
8 Gläser Hühnerbrühe
Zum Marinieren:
1 Ei
1 Glas Milch
2 EL Maismehl

- # Zuerst die Hühnerbrust bei mittlerer Hitze kochen bis es weich geworden ist.
- # Im einem anderen Topf Öl und Butter erhitzen und fein gehackte Zwiebel hinzugeben.
- # Zwiebel glasig dünsten und anschliessend Mehl dazugeben und bis das mehliges Geruch nicht mehr zu vernehmen ist anbraten und einige mal umrühren.
- # 8 Gläser Hühnerbrühe hinzugeben und bei mittlerer Hitze 20 Minuten kochen.
- # Währenddessen die Marinade zubereiten. Ei, Milch und Reismehl schlagen.
- # Die Marinade auf einmal einfüllen, weitere 20 Minuten kochen und ab und an umrühren. Nach dieser Zeit die Suppe durch einen Sieb giessen, um eine glatte Suppe zu erhalten.
- # Die Suppe nochmals bei mittlerer Hitze unter Zugabe gezupfter Hühnerbrust und Salz 10 Minuten kochen lassen.
- # Warm servieren und auf Wunsch kann Zitronensaft eingespritzt werden.

Tipp: In der Volksmedizin wird der Hühnersuppe heilende Wirkung gegen Erkältung, Grippe und Schnupfen und Schleimhautentzündung zugeschrieben.