



TOM KHA GAI! THAILÄNDISCHE SUPPE

mit Hähnchen, Zitronengras und Jasminreis

ADD-ON



Hähnchenbrustfilet



Kokosmilch



Ingwer



Zitronengras



Champignons



rote Chilischote



Limette



Frühlingszwiebel



Hühnerbrühe

30 Minuten

Stufe 2

Tag 1-3 kochen

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupfe das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken.
Zum Kochen benötigst Du **1 großen Topf** und **1 hohes Rührgefäß**.



1 VORBEREITUNG

Erhitze Wasser im **Wasserkocher**.

Mit der mitgelieferten **Hühnerbrühe** und 250 ml heißem **Wasser*** eine **Hühnerbrühe** vorbereiten.

Hähnchenbrust in mundgerechte Stücke von ca. 2 cm schneiden.

Schale der **Limette** abreiben. **Limette** halbieren.

Chili halbieren, **Kerne** entfernen und **Chilihälften** in Streifen schneiden (**Achtung: scharf!**).

Ingwer schälen und fein hacken.



4 SUPPE VOLLENDEN

Anschließend mit vorbereiteter **Hühnerbrühe** und **Kokosmilch** ablöschen und bei niedriger Hitze zugedeckt 5 – 6 Min. leicht köcheln lassen. Gelegentlich umrühren.



2 GEMÜSE SCHNEIDEN

Champignons vierteln.

Zitronengras an der dicken Stelle so andrücken, dass es aufplatzt und die ätherischen **Öle** freigesetzt werden, und quer in 2 Stücke schneiden.

Weißes und grünes Teil der **Frühlingszwiebel** **getrennt voneinander** in dünne Ringe schneiden.



5 ZUM SCHLUSS

Nach Ende der Kochzeit **Zitronengras** herausnehmen. **Limettenschale**, **Chilistreifen** hinzugeben und **Limettensaft** hineinpressen. Mit **Salz*** abschmecken.



3 SUPPE ANSETZEN

1 EL **Öl*** in einem großen Topf auf mittlerer Stufe erhitzen und **Hähnchenbruststücke**, **Ingwer**, **Zitronengras**, **Champignons** und den weißen Teil der **Frühlingszwiebel** hinzugeben und alles für 3 Min. unter Rühren anschwitzen.



6 ANRICHTEN

Suppe auf tiefen Tellern verteilen. Mit grünen **Frühlingszwiebelringen** bestreuen.

Khō hai dja! (Das heißt „Guten Appetit!“ auf **Thailändisch**.)

2 PERSONEN ZUTATEN

	2P
Hühnerbrühe	4 g
Hähnchenbrustfilet	250 g
Limette BR MX	1
rote Chilischote ES NL	1
Ingwer BR CN	20
Champignons	100 g
Zitronengras TH	1
Frühlingszwiebel DE ES	1
Kokosmilch	250 ml
Wasser* für Schritt 1	250 ml
Öl* für Schritt 3	1 EL
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack

* Gut, im Haus zu haben.

☞ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTLLICHE NÄHRWERTE PRO (Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)	100 g	PORTION (ca. 500 g)
Brennwert	377 kJ/90 kcal	1.929 kJ/461 kcal
Fett	6,23 g	31,91 g
– davon ges. Fettsäuren	4,44 g	22,74 g
Kohlenhydrate	1,30 g	6,67 g
– davon Zucker	1,23 g	6,30 g
Eiweiß	6,88 g	35,24 g
Salz	0,221 g	1,130 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

ALLERGENE

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland **ES:** Spanien **TH:** Thailand **BR:** Brasilien **CN:** China **MX:** Mexiko **NL:** Niederlande

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).



Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 568 39 568 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at