



Scharfe indische Hühnersuppe

Zutaten

- 150 g Hähnchenbrustfilets
- 1 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 0,25 TL Chilipulver
- 0,25 TL Ingwerpulver
- 0,5 TL Curry
- 100 g Erbsen, tiefgefroren
- 1 l Wasser
- 1 Beutel Maggi Guten Appetit, Hühner Suppe
- 125 g Naturjoghurt, 3,5% Fett
- etwas Salz

Zubereitung

1. Hähnchenbrustfilets waschen, trocken tupfen und in kleine Würfel schneiden. In einem Topf THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen. Die Hähnchenbrust darin anbraten. Mit Chilipulver, Ingwer und 1/3 TL Curry würzen. Erbsen zugeben und mitdünsten.
2. Wasser zugießen und zum Kochen bringen. MAGGI Guten Appetit Hühner Suppe einrühren. Bei geringer Wärmezufuhr 5 Min. kochen, dabei gelegentlich umrühren.
3. Für das Topping: Naturjoghurt mit 1/4 TL Curry und Salz verrühren. Die Suppe in Tellern verteilen und mit dem Topping garniert servieren.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	14 g
Energie	157 kcal
Fett	5 g
Protein	14 g

🕒 20 Minuten

⊕ 4 Portionen