

Hühnerbrühe – Hühnersuppe

Rezept Info

- ab 10 Monate
- ideal zur Unterstützung der Abwehrkräfte
- Die Brühe kann in kleinen Schlucken über den Tag verteilt getrunken werden
- mit ein paar Buchstabennudeln oder Tiernudeln wird sie besonders gerne gegessen
- mit etwas gekochten Reis wirkt sie besonders gut bei Erkältung

Zutaten

- 2 Hühnerschenkel oder Hühnerteile mit Haut (Hähnchen geht auch :))
- 1 Stange Lauch (oder Gemüsezwiebel)
- 1/4 Sellerieknolle
- 1–2 Möhren
- 1/4 Teelöffel Meersalz
- Petersilie zum einstreuen

Zubereitung

1.
Huhn in einem Topf mit 1,5 l Wasser und 1/4 Teelöffel Meersalz zum Kochen bringen.

2.
Gemüse putzen, klein schneiden und dazugeben.

3.
2 Stunden kochen lassen und alles durch ein Sieb gießen. In die gewünschte Menge eventuelle einige Buchstaben/Tiernudeln zugeben und noch mal kurz aufkochen dann auf Trinktemperatur abkühlen lassen und servieren. Alternativ zu den Nudeln können Sie auch etwas kochten Reis hinzu geben.

4.

Die übrige Brühe in ein sauberes Weckglas oder ähnliches geben und verschlossen im Kühlschrank aufbewahren. Vor dem Verzehr die gewünschte Menge kurz aufkochen.