

SauerScharfe Suppe mit Poulet

für 1 Person

Vorbereitungszeit

10 Minuten

Kochzeit

10 Minuten aktiv, 10 Minuten passiv

Menukosten ca.

Chf. 1.70

Nährwert pro Rezept

246 Kcal, 14 g Fett, 6 g KH

Zutaten

2 dl Gemüsebouillon (RL Gewürz)

3 cl Kokosmilch

SweetChili Wok (RL Gewürz)

Scharfmacher (RL Gewürz)

1

zusammen aufkochen

nach Belieben würzen

Scharfmacher für die gewünschte Schärfe

4 g Karotten, feine Steifen

4 g Lauch, feine Streifen

4 g Chinakohl, feine Streifen

2

zugeben 5 Min. ziehen lassen

20 g Pouletbrust, würfeln

3

zugeben

5 Min. ziehen lassen

10 cl Zitronen-, Limettensaft oder Essig

4

zugeben

4 g Sojasprossen

Minze und Thaibasilikum

5

garnieren