

Doros Mulligatawny-Soup

für 6 Personen

1 kg Hähnerteile (oder nur Schenkel)

aufgetaut oder frisch; säubern und trocken tupfen (Salmonellengefahr beachten)

2 Eßl Mehl

2 Teel Currypulver (nach belieben das milde oder das scharfe; ich nehme scharfes)

1 ½ Teel Kurkuma/Gelbwurzelpulver

mischen und die Hähnerteile damit einreiben

1 bis 6 Eßl Olivenöl erhitzen und die Teile darin anbraten

1 Stück frische Ingwerwurzel in kleinen Würfeln (1 bis 2 Eßl.)

1 große Zwiebeln in Würfeln zugeben

weiter braten

mit 1,5 l Brühe ablöschen

13 ganze schwarze Pfefferkörner

6 Nelken

2 große Äpfel, geschält in Würfel dazugeben

zugedeckt etwa eine Stunde auf mittlere Hitze köcheln (bis sich das Fleisch von den Knochen löst) oder im Schnellkochtopf 20 Minuten

Hähnerteile herausfischen, Pfefferkörner und Nelken entfernen, Haut abziehen und Knochen wegwerfen. Einen Apfel in kleinen Würfeln in die Brühe geben und erhitzen. Fleisch würfeln und auch zurück in die Brühe geben.

mit 2 bis 4 Eßl. Zitronensaft , gemahlene Pfeffer und Salz abschmecken

zur Suppe extra gekochten Reis reichen , je ein Klecks saure Sahne oder Dickmilch in den Teller

eignet sich auch gut zum Einfrieren

Die ideale Suppe in Erkältungszeiten. Macht garantiert die Nase frei und heizt ein.

Einen guten Appetit wünscht Doro