

Hühnchen nudeln



Zutaten

Zutat	Menge
Hühnchenbrustfilet	500 g
Wasser	16 Tassen (ca. 2,3 l)
Knoblauchzehen	16 St. + 3
mittlere Zwiebel	1 St.
mittlere Zucchini	1 St. ca. 170 g
Frühlingzwiebeln	2 St.
Öl	
Sesamöl geröstet	
Salz	
Sojasoße	
schwarzer Pfeffer	

Zubereitung

- Knoblauch schälen
- Zwiebel schälen und vierteln
- alles zusammen mit Hähnchenbrustfilet und heißem Wasser in einen Topf geben
- aufkochen und eine Stunde kochen
- Zucchini in kleine Stifte hobeln und mit 1/4 TL Salz (1,5 g) mischen
- 10 min stehen lassen
- ausdrücken in kleine Schüssel und mit wenig Öl mischen
- Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden



- Nudeln separat kochen (Packungsbeilage) und in Brühe geben
- Nudelsuppe auf Teller, Zucchini in die Mitte, Hähnchen dazu und geschnittene Frühlingszwiebeln darüber

- nach einer Stunde kochen 1 EL Salz und 1 EL Sojasoße zur Brühe geben
- Knoblauch + Zwiebel rausfischen und in Komppottschüssel zermatschen
- 1 TL Salz, 1/2 TL Pfeffer und 2 TL Sesamöl dazu und mischen
- Hähnchenbrustfilet mit den Händen/Gabeln in Streifen zupfen und mit dem Knoblauch mischen