

Geflügel Rezepte

Geflügelfond Mit Zubereitung Rezept

Gattung: Fleisch, Fond, Geflügel, Suppe, Brühe, Grundrezept, Gemüse

2 Maispoularden

		Gemüse	
2	kleine Zwiebeln	3	Getrocknete Chilischoten
2	Möhren	2	Sternanis
1	Stange Lauch	40 g	Galgant
1/2	Sellerie	2	Stange/n Zitronengras
3	Petersilienwurzeln Oder 1 Pastinake	5	Kaffir Limonenblätter
		2	Essl. Meersalz
Asiatische Glasnudelsuppe			
50 g	Glasnudeln	1	Essl. Tapiokastärke
800 ml	Fond	2	Essl. Chicken-Chili-Soße
200 ml	Helle Sojasoße		Abgeplücktes
1	Teel. Sesamöl		- Poulardenfleisch
1	Essl. Honig	4	Zweige Koriander
2	Essl. Essig	80 g	Sojasprossen

In einem ausreichend großen Topf ca. 5 Liter Wasser aufkochen. Die Maispoularden innen und außen mit Salz und Pfeffer würzen. Wenn das Wasser kocht, gibt man die Poularden in das Wasser und reduziert die Hitze. Wenn bei dem Fond Trüb- und Eiweißstoffe austreten, schöpft man sie mit einer Schaumkelle ab. Das geschälte Gemüse in grobe Stücke schneiden und zu den Poularden geben. Chilischoten und Sternanis zerdrücken. Galgant in 1/2 cm dicke Scheiben schneiden und Zitronengraswurzel zerquetschen und das obere Teil in kleine Stücke schneiden.

20 Minuten lässt man die Brühe mit den Gewürzen und dem Salz unter dem Kochpunkt ziehen. Die Brühe vom Herd nehmen und noch warm durch ein feines Sieb und ein Tuch passieren.

Tipp: Der Fond ist bis zu dieser Stelle gleich zu verwenden wie eine klassische Brühe. Jedoch kann man die Maishühner vielfältig weiterverarbeiten.

Für die asiatische Glasnudelsuppe süß-sauer, die Glasnudeln mit heißem Wasser überbrühen und 5 Minuten quellen lassen. 800 ml Fond auf etwa 600 ml einkochen. Sojasoße, Sesamöl, Honig und Essig zufügen. Mit etwas Tapiokastärke binden. Chicken Chili, abgeplücktes Poulardenfleisch, Koriander und Sprossen.