

## Vorspeise

### Exotische Rote-Currysuppe „Pfeil des Amor“

Für 2 Personen:

1 kleines Hähnchenbrustfilet (à 120 g)	Hähnchenbrustfilet in Streifen schneiden. Chilischote fein hacken
1 rote Chilischote	und Zitronengras in grobe Stücke schneiden. Öl in einem Topf erhitzen,
1 Stange Zitronengras	Fleischstreifen, Chili und Zitronengras unter Rühren ca. 3 Minuten
2 TL Pflanzenöl	andünsten.
800 ml Gemüsebrühe (3 TL Instant)	Mit Brühe und Tomatensaft ablöschen, Currypaste einrühren und ca.
100 ml Tomatensaft	10 Minuten köcheln. Paprikaschote
1 TL rote Currypaste	in feine Streifen schneiden und Pilze
1 rote Paprikaschote	vierteln. Gemüse zufügen und weitere
100 g Champignons	ca. 5 Minuten garen. Zitronengras
200 g Bambussprossen	herausnehmen, mit Salz, Pfeffer und
Salz	Ingwer abschmecken und servieren.
Pfeffer	
1/4 TL Ingwerpulver	

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

Garzeit: ca. 20 Minuten

Pro Portion:

KJ/kcal: 1113/266

EW: 33,5 g

F: 12 g

KH: 6 g

BE: 0,0