

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 19. September 2024 ▪
Tagesmotto „Kindheitserinnerungen“ mit Mario Kotaska



Jake Nguyen

Phở Gà: Vietnamesische Reisnudelsuppe mit Hähnchen, Mungbohnenprossen und Kräutern

Zutaten für zwei Personen

Für die Brühe:

4 Hähnchenflügel
200 g Hähnchenbrust, ohne Haut
1 Rettich
1 Karotte
1 große Zwiebel
7 cm Ingwer
200 ml Hühnerfond
2 Kapsel schwarzen Kardamom
3 Sternanis
3 cm Zimtrinde
Salz, aus der Mühle

Das Fleisch unter fließendem Wasser gründlich waschen. Hähnchenbrust und Flügel in einen großen Topf mit Wasser legen, mit Salz würzen und Wasser aufkochen lassen. Dabei immer wieder den entstehenden Schaum abschöpfen. Deckel schließen.

Ingwer mit Schale waschen und der Länge nach mit einem Messer teilen, Zwiebel abziehen und in zwei Hälften teilen. Alles zusammen mit Kardamom, Sternanis und Zimtrinde in einer Pfanne ohne Öl rösten. Danach Gewürze in einen Teebeutel füllen und verschließen. Zusammen mit klein geschnittener Karotte, Rettich, gerösteter Zwiebel und Ingwer zum Hähnchen in das Wasser geben. Fond angießen und mit geschlossenem Deckel bei starker Hitze etwa 25 Minuten köcheln lassen.

Für die Fertigstellung:

3 EL Fischsauce
20 g Kandiszucker
Salz, aus der Mühle

Am Ende der Kochzeit die Flügel aus der Brühe mit einem Schaumlöffel entfernen und Brühe durch ein Haarsieb abgießen. Hähnchenbrust in dünne Scheiben schneiden, auf einen Teller schichten. Brühe wieder in den, vorher gereinigten, Topf geben, mit Kandiszucker, Salz und Fischsauce abschmecken. Erneut aufkochen lassen.

Für die Kräuter:

100 g Mungbohnenprossen
1 Frühlingszwiebel
1 rote Chilischote
1 Limette, ganze Frucht
½ Bund Koriander
½ Bund vietnamesischer/ langer Koriander
½ Bund Minze
½ TL schwarze Pfefferkörner

Kräuter abbrausen, trockenwelden und putzen. Koriander in kleine Stängel zerzupfen, langen Koriander quer mit einer Schere in schmale Streifen schneiden und die Blätter vom vietnamesischen Koriander abzupfen. Alles auf einem Teller aufschichten. Frühlingszwiebel putzen, in Ringe schneiden und zu den Kräutern legen. Limette in Achtel schneiden, Chili feinhacken. Beides in einem kleinen Schälchen anrichten. Pfeffer in einem Mörser zerstoßen. Ebenfalls in ein Schälchen geben. Mungbohnenprossen waschen, putzen und zu den Kräutern geben.

Für die Reisbandnudeln:

200 g Reisbandnudeln

Reisnudeln in einer Schüssel mit lauwarmem Wasser einweichen. Reisnudeln aus dem Wasser nehmen, abtropfen lassen und in kochendem Wasser in 1-2 Minuten garkochen. Abgießen und mit kaltem Wasser gründlich abspülen, damit sie nicht zusammenkleben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.