Sugo vom Suppenhuhn und Nudeln mit Biss

Meine Wahl.

Gesamtzeit: 1 h 30 min

Aktivzeit: 1 h

Mittel



Zutaten

für 4 Personen

1 Schweizer Suppenhuhn

2	Zwiebeln
500 g	Suppengemüse (Rüebli, Lauch, Sellerie)
1	Gewürzsäcklein mit schwarzem Pfeffer, Nelken und Wacholder
3	Lorbeerblätter
1 TL	Salz
2	Knoblauchzehen
150 g	Rüebli
150 g	Stangensellerie
1 EL	HO-Sonnenblumenöl oder HOLL-Rapsöl
1 TL	brauner Zucker
2 EL	Tomatenpüree
400 g	gehackte Pelati-Tomaten
1 dl	Weisswein
1 TL	getrockneter Oregano
3 dl	Bouillon vom Suppenhuhn
	Salz
	schwarzer Pfeffer aus der Mühle
400 g	Tagliatelle
1 Bund	Peterli oder Basilikum
1 EL	Butter

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

713	kcal
48 g	Eiweiss
67 g	Kohlenhydrate
25 g	Fett

enthält Gluten

Laktosefrei

9 von 10 Mastpoulets haben einen Wintergarten.

Auch das gehört zum Programm BTS (Besonders tierfreundliche Stallhaltung).

Zubereitung

1 Suppenhuhn unter kaltem Wasser abspülen. Eine Zwiebel mitsamt der Schale halbieren. Suppengemüse waschen und in grobe Stücke schneiden. Suppenhuhn in eine grosse Pfanne oder einen Dampfkochtopf geben und halbierte Zwiebel, Gemüse, Gewürzsäcklein, Lorbeerblätter und Salz hinzufügen, knapp mit Wasser bedecken und aufkochen. Das Suppenhuhn in der Pfanne etwa 3 Stunden oder im Dampfkochtopf etwa 70 Minuten weich garen.

2 Den Knoblauch und die zweite Zwiebel schälen und hacken. Rüebli schälen, Stangensellerie rüsten und beides in kleine Würfel schneiden

3 In einer Pfanne Öl erhitzen und darin Knoblauch, Zwiebeln, Rüebli und Stangensellerie andünsten. Zucker beifügen und das Gemüse leicht anrösten. Tomatenpüree dazugeben und kurz mitrösten. Pelati-Tomaten, Weisswein und Oregano zufügen und alles zugedeckt bei kleiner Hitze 20 Minuten köcheln lassen.

4 Suppenhuhn aus der Pfanne heben, die Bouillon durch ein Sieb giessen (siehe Tipp). Die Haut des Suppenhuhns entfernen, das Fleisch vom Knochen lösen und mittelfein hacken. Fleisch und Bouillon zur Tomatensauce geben, mit Salz und Pfeffer würzen. Weitere 10 Minuten köcheln lassen.

5 Die Nudeln in reichlich Salzwasser bissfest garen. Inzwischen Peterli oder Basilikum grob hacken und zum Suppenhuhn-Sugo geben. Nudeln abgiessen und mit der Butter zurück in die Pfanne geben und darin schwenken. Die Nudeln mit dem Suppenhuhn-Sugo servieren.