

Confiture de Vivre



Nudelsuppe mit allerlei Gemüse

21

Ingredienzen:

für die Nudeln:

360 g Vollkornmehl

3 Eier

1 Prise Salz

Wasser

etwas Essig

für die Suppe:

1 Suppenhuhn

50 g Hackfleisch halb/
halb

1 Zucchini

2 Möhren

½ Knolle Sellerie

1 Stange Porree

einige Maiskölbchen

1 Kohlrabi

1 Bund krause Petersilie

Wasser

Gewürze

2 Zwiebeln

1 Zehe Knoblauch

1 Lorbeerblatt

Zunächst das Suppenhuhn mit geschälten und halbierten Zwiebeln, dem Knoblauch und dem Lorbeerblatt aufsetzen und garen. Währenddessen den Nudelteig zubereiten.

Dafür das Mehl auf eine Arbeitsfläche geben und eine Mulde in die Mitte drücken. Die Eier, das Salz und pro Ei eine halbe Eierschale Wasser dazugeben. Ebenfalls etwas Essig dazugeben, so trocknen die Nudeln später schneller. Den Teig zu einer Kugel kneten und dann in 4 Teile schneiden. An einer warmen Stelle ruhen lassen.

Nun das Suppenhuhn aus dem Sud nehmen und das Fleisch von den Knochen lösen. Klein schneiden und beiseite stellen.

Den Nudelteig auf einer bemehlten Arbeitsfläche sehr dünn ausrollen, in mehrere Lagen zusammenrollen und dünne Streifen schneiden. Auf Backbleche legen. Den Ofen auf 100 Grad anstellen und alle Bleche in den Ofen stellen. Einen Kochlöffel in die Herdöffnung geben, dass die Feuchtigkeit entweichen kann. (Früher habe ich die Nudeln alle in der Wohnung verteilt trocknen lassen, auch ein Wäscheständer eignet sich.) Die Nudeln ca. 1 Stunde trocknen lassen.

Das Gemüse putzen und in kleine Stücke schneiden. In den Sud vom Suppenhuhn geben und köcheln lassen. Das Hackfleisch nach Geschmack würzen, in kleine Bällchen formen und zur Suppe geben. Auch das Geflügelfleisch wieder in den Topf geben.

Alles kräftig würzen. Nun die getrockneten Nudeln dazu geben. Es entstehen wesentlich mehr Nudeln als für die Suppe gebraucht. Den Rest einfach in einem gut verschlossenen Gefäß aufbewahren. Die Vollkornnudeln benötigen zwischen 8 und 10 Minuten, um fertig zu garen.

Die Petersilie fein hacken. Die Suppe anrichten und mit etwas Petersilie bestreuen.

Guten Appetit!

