

Hausgemachte Hühnerbrühe



- **Küche:** Deutsch
- **Gang:** Abendessen, Mittagessen
- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht

- **Portionen:** etwa 3 Liter
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 1:30 h
- **Fertig in** 2:10 h

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '105', 'cook_time' : '1:30 h', 'prep_time' : '15m', 'servings' : 'etwa 3 Liter', 'yield' : '' });
```

Die hausgemachte Hühnerbrühe ist ein „Klassiker“, den viele noch aus ihrer Kindheit kennen. Als beliebtes Hausfrauenrezept gegen Krankheiten wie Erkältungen, trägt Hühnerbrühe zur Stärkung des Immunsystems bei, was mittlerweile mehrere wissenschaftliche Studien erwiesen haben. Eine gut gemachte Brühe nach unserem Rezept erwärmt den Magen in der kalten Jahreszeit und schmeckt schön kräftig. Wer Kalorien sparen will, kann die Brühe auch entfetten: Einfach über Nacht auskühlen lassen und die fest gewordene Fettschicht von der Oberfläche abnehmen. Die Fleischreste vom Huhn können Sie übrigens prima weiter verwerten. Lassen Sie sich dazu einfach von unseren Geflügelrezepten inspirieren.

Zutaten

- 1 Suppenhuhn, ca. 1,5 kg (Geht auch mit 5 - 6 Hühnerschenkeln, die oft recht preiswert angeboten werden)
- 1 Karotte, geputzt, gewaschen
- 1 Petersilienwurzel, geputzt, gewaschen
- Petersilie Stängel, falls vorhanden
- 250 g Knollensellerie, geputzt
- 2 mittelgroße Zwiebeln
- 2 Lorbeerblätter
- 10 gedrückte Pfefferkörner
- 5 Piment Körner
- 2 Nelkenköpfe
- Etwas geriebene Muskat Nuss, Salz

Zubereitungsart

Schritt1

Zunächst das Suppenhuhn unter fließendem Wasser innen und außen gut waschen, ev. Innereien wie Lungen und Nieren entfernen.

Schritt2

In einem ausreichend großen Suppentopf geben, mit kaltem Salzwasser bedecken und langsam auf ca. 95 ° C erhitzen. Leise sieden lassen, nicht sprudelnd kochen, die oben schwimmenden Trübstoffe immer wieder mit einer Schaumkelle abschöpfen. Das Suppengemüse, Lorbeerblätter, Pfeffer - und Piment Körner, Nelkenköpfe dazu geben. Nach ca. 30 min. können sie das Suppengemüse heraus nehmen, wenn sie es als Einlage weiter verwenden möchten.

Schritt3

Nach ca. 90 min. oder etwas länger das Suppenhuhn an den Keulen prüfen, ggf. herausnehmen. Durch ein Küchensieb mit Passiertuch laufen lassen, zurück aufs Feuer, kurz aufkochen und nachschmecken. Über Nacht auskühlen lassen und ggf. die erstarrte Fettschicht abnehmen.

Rezeptart: Deutsche Küche, Geflügel, Klare Suppen, Suppen

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/huehnerbruehe-hausgemacht/>