



## **Kokos Chili Suppe**

### **Zutaten (4 Personen):**

2-3 EL Sonnenblumenöl  
200 g Möhren  
50 g Staudensellerie (2 Stängel)  
1 reife Mango (besser noch Flugmango)  
1 Bund Frühlingzwiebeln  
1 Topf frisch gehackte Minze  
1 rote Chili (je nach Geschmack auch mehr)  
400 ml Kokosmilch  
500 ml Gemüsebrühe  
400 g Hähnchenbrust  
1 unbehandelte Zitrone  
1 TK Kurkuma  
Salz, Pfeffer nach Geschmack

### **Und wie mache ich daraus die Kokos Chili Suppe?**

1. Möhren und Mango schälen. Möhren und Staudensellerie in Scheiben schneiden.
2. Die Mango vom Kern befreien und das Fruchtfleisch in kleinere Stifte schneiden.
- 3 Die Frühlingzwiebeln in kleine Ringe schneiden.
4. Die Hähnchenbrust würfeln und in heißem Öl von allen Seiten kurz angebraten, mit Salz und Pfeffer würzen.
5. Danach die Frühlingzwiebeln, Möhren, Staudensellerie und Kurkuma mit dazugeben und kurz andünsten.
6. Das Mit der zuvor hergestellten Gemüsebrühe ablöschen und zugedeckt alles ca. 8 Minuten garen lassen.
7. Die Chili entkernen und kleine schneiden, die Minze fein hacken und alles zusammen mit der Kokosmilch und der Mango zur Suppe hinzu geben.
8. Nochmals die Suppe aufkochen und mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und abgeriebener Zitronenschale abschmecken.  
Das Rezept habe ich in der kochbar gefunden (Rezept von Safro). Wirklich einer tolle Suppe.

Guten Appetit wünscht das Chililand.

*Rezepte auch unter: [www.chililand.de](http://www.chililand.de)*