

Maiscremesuppe mit Hähnchenspießen

Zutaten | 4 Portionen

1	Zwiebel
3	Möhren
1	Selleriestange
1	Lauch
1 EL	Rapsöl
1 Dose	Mais
1 L	Gemüsebrühe
200 ml	Schlagsahne
	Salz, Pfeffer
1	Chili
4 Scheiben	Schnittkäse
1	Hähnchenbrustfilet
4 EL	Parmesan, gerieben

Zubereitungszeit: 60 Min.

Zubereitung:

- Backofen auf 200 °C vorheizen.
- Für die Käse-Chips Schnittkäse fein reiben und in kleinen Häufchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen. Käse im Backofen backen, bis der er zerlaufen und an den Rändern goldbraun ist. Backblech aus dem Ofen nehmen und Käse-Chips abkühlen lassen.
- Für die Suppe Zwiebel, Möhren, Sellerie und Lauch putzen, schälen, würfeln oder in Ringe schneiden und in Öl andünsten. Mais abgießen und dazugeben. Alles mit Brühe und Sahne aufgießen und ca. 15 Min. köcheln lassen. Suppe fein pürieren.
- Chili waschen und fein hacken. Suppe mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken.
- Für die Hähnchenbrustfilets Fleisch säubern und in dünne Streifen schneiden. Diese auf Holzspieße ziehen und auf einem mit Backpapier ausgelegtem Backblech im Ofen bei 200 °C ca. 15 Min. garen. Käsescheiben über die Hähnchenspieße legen und nochmal für ca. 5 Minuten im Ofen überbacken.
- Suppe mit Käse-Hähnchenspießen und Parmesan-Chips servieren.

Tipp:

Als Einlage einige Lauch- und Chili-Ringe beiseitelegen und vor dem Servieren über die Suppe streuen.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 698 g

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
678 kcal	43.5 g	45 mg	32.5 mg	207 mg