



Tori Chintan Brühe

für 2 Liter = 4 Portionen | 2,5 Stunden | 443 kcal

Eine selbstgemachte Tori Chintan Brühe ist eine wunderbare Grundlage für typisch japanische Ramen Nudelsuppen. Diese klare Hühnerbrühe wird zusammen mit frischem Gartengemüse gekocht – die Zubereitung ist simpel und das Ergebnis absolut aromatisch. Mit diesem einfachen Grundrezept geht garantiert nichts schief!

Zubereitung:

1. Zutaten für die selbstgemachte Tori Chintan Hühnerbrühe bereitlegen.
2. Zuerst das Gemüse zurechtschneiden, wobei alles nur grob zerkleinert werden muss: Frühlingszwiebeln, Lauch und Möhren waschen, trockentupfen, die Enden abschneiden und in grobe Stücke schneiden. Dann den Ingwer schälen und ebenfalls in grobe Stücke schneiden.
3. Das Hähnchen unter fließendem Wasser gründlich abwaschen und in einen großen Topf legen. Soviel kaltes Wasser (etwa 2,4 Liter) hinzugießen, dass das Fleisch sehr gut mit Wasser bedeckt ist. Dann das Gemüse mit in den Topf geben.
4. Die Brühe bei starker Hitze und unter gelegentlichem Rühren zum Kochen bringen. Dann den Deckeln aufsetzen und die Brühe bei kleinster Hitze 2 Stunden lang leicht köcheln. Alle 30 Minuten etwas umrühren.
5. Die Hühnerbrühe ist nun fertig. Das ausgekochte Huhn aus dem Sud heben (das Fleisch kann nach dem Abkühlen ganz leicht von den Knochen gelöst werden und als Topping für Ramen oder als Füllung für Onigiri weiterverarbeitet werden). Die Brühe mit dem ausgekochten Gemüse kann durch ein Sieb in einen zweiten Topf abgeseiht werden. Das Gemüse wird entsorgt.
6. Die authentische japanische Tori Chintan Brühe ist nun fertig und kann zu leckeren selbstgemachten Nudelsuppen weiterverarbeitet werden (500 ml Brühe = 2 Portionen Nudelsuppe; alles, was übrigbleibt, kann problemlos eingefroren und zu einem späteren Zeitpunkt verwendet werden). Fertig – Itadakimasu!

Zutaten:

- 1,2 kg ganzes Hähnchen, frisch (oder auch Hähnchenteile)
- 3 große Möhren
- 1 Lauch
- 2 Frühlingszwiebeln
- 40 g Ingwer (frisch)
- 2,4 l Wasser

