

BRIAN ON TOUR – SCHWEIZ

Hanf-Hühnersuppe mit Röstis

Für seinen Hauptgang in der Schweiz hat Brian ein ganz besonderes Produkt der Schweizer Berge im Gepäck – Essbaren Hanf. Mit seinem Rezept schaffen Sie aus der etwas ambivalenten Pflanze eine herzhaft wärmende Hühnersuppe an Bergkartoffel Röstis – für eine ausgefallenerere Variante der Schweizer Berge auf ihrem Teller.

Zutaten – 4 Personen

1 ganzes Huhn
Kartoffeln
3 Karotten
2 Zwiebeln
Etwas Salz
Hanföl/Olivenöl
Hanfösse (alternativ geröstete, salzige Mandeln)
Essbare Blumen
Hanfblätter (alternativ: Brennnesseln)
Sellerie
Muskatnuss

Zubereitung

- 1 Die rohen Kartoffeln mit der groben Seite der Reibe in Fäden reiben.
- 2 Zwei große Esslöffel Salz und einen Teelöffel Muskatnuss zu den Kartoffelfäden hinzugeben und gut miteinander vermengen. Die Masse dann im Kühlschrank ziehen lassen.
- 3 Währenddessen die Hühnerbrust entnehmen und beiseitelegen. Das restliche Huhn aufteilen, in einen großen Topf legen und zum Glasieren anrösten.
- 4 Die Zwiebeln halbieren und die Hälften in den Topf geben. Anschließend die Karotten im Ganzen ebenfalls dem Topf hinzufügen
- 5 2 Liter Wasser und einen Esslöffel Salz hinzugeben, kurz aufkochen lassen und im Anschluss ca. eine Stunde lang köcheln lassen.
- 6 Während die Suppe kocht, die Kartoffelmasse dem Kühlschrank entnehmen und die Masse stark pressen, um überschüssiges Wasser zu entziehen.
- 7 Das Hanföl in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffelmasse für ca. 30 Minuten rösten, bis ein knuspriger Crumble entsteht. Während des Röstvorgangs immer wieder die Kartoffelfäden immer wieder wenden.

- 8** Nach abgelaufener Zeit die Suppe vom Herd nehmen. Die Hanfblätter sowie den Sellerie im Ganzen hinzufügen. Für eine weitere Stunde auf dem ausgeschalteten Herd stehen lassen, sodass der Hanf kalt gegärt wird und seinen Geschmack frei entfaltet.
- 9** Danach Gemüse und Fleisch dem Topf entnehmen und die Suppe durch ein Sieb filtern, damit sie ein klares Erscheinungsbild bekommt. Die Karotten und Zwiebeln aus dem Sieb nehmen und kleinschneiden.
- 10** Die Hühnerbrust nun in eine Pfanne geben und mit Hanföl anbraten. Anschließend in Scheiben schneiden.
- 11** Einen tiefen Teller nehmen und den Rösti in die Mitte legen. Ein paar Karotten und Zwiebeln rundherum anrichten und zusätzlich ca. drei Scheiben Hühnerbrust auflegen.
- 12** Vor dem Servieren die Brühe erneut erhitzen. Die Brühe am Tisch auf den angerichteten Rösti gießen, sodass sich der Geschmack der Kartoffeln mit dem Huhn und Hanf verbindet. Zum Abschluss mit essbaren Blumen dekorieren und genießen.

En quiete!

(Guten Appetit!)

