

# Obstsuppe von getrocknetem Obst nach Uromas Art

Das Obst waschen und in den 1250 ml Wasser 12 Stunden einweichen.

Dann das Obst mit dem Einweichwasser, dem Zitronenaroma und dem Zimt zum Kochen bringen und bei schwacher Hitze in 30 Min. weich kochen lassen. Die Suppe durch ein Sieb streichen, wieder zum Kochen bringen und mit der angerührten Speisestärke binden. Den Vanillezucker hineingeben, die Suppe mit Zucker abschmecken und nach Belieben Makronen hineingeben.

<b>Arbeitszeit:</b>	ca. 15 Min.
<b>Koch-/Backzeit:</b>	ca. 30 Min.
<b>Ruhezeit:</b>	ca. 12 Std.
<b>Schwierigkeitsgrad:</b>	simpel
<b>Kalorien p. P.:</b>	keine Angabe



Bild für Druck ein-/ausblenden

## Zutaten für 4 Portionen:

<b>100 g</b>	Trockenfrüchte (Äpfel, Aprikosen oder Pflaumen)
<b>1250 ml</b>	Wasser
<b>3 Tropfen</b>	Zitronenaroma
<b>etwas</b>	Zimt
<b>20 g</b>	Speisestärke
<b>1 EL</b>	Wasser, kalt, zum Anrühren
<b>1 Pck.</b>	Vanillezucker
<b>75 g</b>	Zucker
<b>n. B.</b>	Makronen

Verfasser: gabriele9272

# Hähnchen mit getrocknetem Obst

Aprikosen halbieren, mit dem Wein übergießen und ca. 2 Stunden ziehen lassen.

Keulen kalt abspülen, trockentupfen (wer es lieber mag, kann die Haut abtrennen) dann die Schenkel am Gelenk teilen. Die Hähnchenstücke mit Salz und Pfeffer einreiben. Knoblauch schälen und in dünne Scheiben schneiden. Zwiebel schälen und achteln. Die Paprika waschen, entkernen und in Würfel schneiden.

Den Wok oder einen anderen geeigneten Topf heiß werden lassen, das Öl darin erhitzen. Die vorbereiteten Hähnerteile rundherum knusprig anbraten und herausnehmen (am besten mit einer Schöpfkelle und auf Küchenpapier abtropfen lassen).

Die Zwiebeln, den Knoblauch und die Paprika im verbleibenden Fett anbraten. Alle Gewürze mischen und zum Gemüse geben. Kurz anschwitzen und dann die Hühnerbrühe zum Ablöschen dazugießen. Safran in etwas warmem Wasser auflösen und ebenfalls dazugeben. Dann die Hähnerteile sowie die eingelegten Aprikosen mit dem Wein dazugeben und alles bei schwacher Hitze ca. 20 Min. zugedeckt schmoren lassen. Zum Schluss abschmecken und mit gehackter Petersilie bestreuen.

Dazu gibt es bei mir grünen Salat und frisches Baguette.

**Arbeitszeit:** ca. 45 Min.

**Schwierigkeitsgrad:** normal

**Kalorien p. P.:** ca. 572



Bild für Druck ein-/ausblenden

## Zutaten für 4 Portionen:

150 g	Aprikose(n), getrocknete
½ Liter	Portwein oder Rotwein
4	Hähnchenschenkel
	Salz und Pfeffer
8	Knoblauchzehe(n)
1 m.-große	Zwiebel(n)
2	Paprikaschote(n), rote
4 EL	Olivenöl
1 TL	Chilipulver
1 TL	Koriander, gemahlen
½ TL	Zimt
300 ml	Hühnerbrühe
0,1 g	Safran
½ Bund	Petersilie

Verfasser: alestar1

# Nudele mit jedruchtem Obst

## Nudeln mit getrocknetem Obst

Das getrocknete Obst über Nacht in Wasser einweichen. Am nächsten Tag die Nudeln in viel Wasser mit Salz kochen. Gleichzeitig das Obst in einen kleinen Kessel geben und mit Wasser und Zucker vorsichtig köcheln lassen. In einer Pfanne die Butter schmelzen und das Paniermehl leicht braun werden lassen. Dann über die Nudeln gießen und den Kompott in einer extra Schale anrichten.

**Arbeitszeit:** ca. 20 Min.  
**Ruhezeit:** ca. 8 Std.  
**Schwierigkeitsgrad:** simpel  
**Kalorien p. P.:** keine Angabe



Bild für Druck ein-/ausblenden

## Zutaten für 4 Portionen:

---

500 g Bandnudeln

---

3 EL Butter

---

3 EL Paniermehl

---

500 g Obst, gemischt,  
getrocknet

---

Salz

---

Zucker

---

**Verfasser:** Der\_Chefkoch