



Freilandsuppenhühner vom Wastlhof zur Stärkung des Immunsystems

Beitrag

Hühnersuppe aus einem naturreinen Freilandsuppenhuhn empfiehlt die Priener Hühnerbäuerin Maria Riepertinger als Hausmittel zur Virenbekämpfung.

„Nur ein Huhn das Eier gelegt hat liefert die wertvollen Inhaltstoffe. Gerade das gelbliche Hühnereiweiß und -fettgewebe liefert die wichtigen Nährstoffe – nicht wegschneiden!

Durch die Hühnersuppe werden ganz bestimmte weiße Blutkörperchen in ihrer Bewegung blockiert, die für Entzündungsprozesse mitverantwortlich sind und bei grippalen Infekten in großen Mengen freigesetzt werden.

Die Hitze der Suppe hilft Schnupfenviren zu bekämpfen, und befeuchtet die Schleimhäute. Ganz wichtig ist auch, das Suppenhuhn mindestens 4 bis 5 Stunden kräftig aus zu kochen, damit sich die wertvollen, virenbekämpfenden Inhaltsstoffe lösen können und in die wohltuende Suppe übergehen“ erklärt Maria Riepertinger.

Die Freilandsuppenhühner vom Wastlhof gibt es jetzt wieder solange Vorrat im Hofladen Wastlhof in Prien, Elperting.

Das Rezept von Bäuerin Maria Riepertinger liegt im Hofladen zum mitnehmen aus. Außerdem findet man es unter folgendem Link: priener-freilandeier.de/html/huhnersuppe.html

Der Hofladen ist täglich (auch Sonn- und Feiertags) geöffnet.

Hofladen Wastlhof – Familie Riepertinger – Elperting 4 – 83109 Prien – Atzing

Für kalte Tage! – Hühnersuppe – gesund und schmackhaft – Ein wärmendes Rezept empfohlen von der Priener Wastlhof Bäuerin Maria Riepertinger

Für die Suppe: 1 tiefgefrorenes Suppenhuhn – 1 Bund Suppengrün (Lauch, Sellerie, Karotten, Petersilie) – 1 Zwiebel – etwas Lauchzwiebel – 4 l Wasser – 3 EL Salz – 2 Lorbeerblätter – etwas frischen Ingwer

Als Suppeneinlage: 250 g Suppennudeln – Lauchringe – Karotten – Stangensellerie – Hühnerfleisch (vom gekochten Huhn) – Petersilie gehackt

Zubereitung:

Suppenhuhn mit Wasser, Salz, Lorbeer, Suppengrün, Ingwer, Zwiebel kalt aufsetzen. Aufkochen und bei mittlerer Hitze 5 Stunden oder länger kochen. Anschließend Hühnerbrühe gut abseihen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Hühnerfleischwürfel, frischem Gemüse und Suppennudeln weitere 5 Minuten garen. Mit Petersilie garniert servieren.

Guten Appetit!

Eine gute Suppe braucht wenig Aufwand, aber viel Zeit! Eine Hühnersuppe ist seit jeher ein gutes Rezept gegen Erkältungen. Nur ein ein Huhn das Eier gelegt hat, liefert die Virenbekämpfenden Inhaltsstoffe. Hühnersuppe versorgt den Körper mit Vitaminen, Zink, Eisen, und wertvolle Flüssigkeit.

Fotos: Maria Riepertinger, Wastlhof







Kategorie

1. Gastronomie

Schlagworte

1. Atzing-Wildenwart
2. Chiemgau
3. Hühnersuppe
4. Prien am Chiemsee
5. Wastlhof