Milookhiyya – ägyptische Kräutersuppe

Milookhiyya wird in Ägypten aus einem spinatähnlichen Kraut zubereitet, das der Suppe ihren Namen gab. Wir verwenden ersatzweise Spinat. Die traditionelle Zubereitung in Ägypten geschieht mit einem Suppenhuhn, das 90 Minuten in der Brühe gart und anschließend vom Knochen gelöst, gehäutet und in Fingerfood-Stücke geschnitten warm zur Seite gestellt wird. Die Stücke werden dann nicht in, sondern zur Suppe serviert.

Zutaten für 4 (8) Personen:

1,5 (3,0)	l	Hühnerbrühe aus Fond, Extrakt	**oder**
		Hühnerbrühe frisch zubereitet mit einem	
1,2 (2,4)	kg	Suppenhuhn	
1 (2)	Bund	Suppengrün	
		Salz für die Brühe nach Bedarf	
8 (16)		Hähnchenbrust-Innenfilets od. vergleichbare Menge Hähnchenbrust	
150 (300)	g	Spinat, frisch od. TK (kein Rahmspinat!)	
½ (1)	TL	getrocknetes Basilikum	
		Salz	
		weißer Pfeffer	
2 (4)		Knoblauchzehen	
1 (2)		Zwiebel(n)	
2 (4)	EL	Öl	
1 (2) Ds./70 (140) g		Tomatenmark	
1 (2) gestr.	EL	gemahlener Koriander	
1 (2) geh.	EL	Ras-al-Hanout	

Vorbereitung:

Suppengrün putzen, waschen und klein würfeln, Lauch in dünne Ringe/Streifen schneiden.
Hähnchenbrust(-Innenfilets) in mundgerechte Stücke schneiden.
Frischen **Spinat** verlesen, gründlich waschen und abtropfen lassen, in Streifen schneiden oder fein hacken.
Zwiebel(n) und **Knoblauchzehen** schälen und sehr fein hacken.

Zubereitung:

(Huhn ohne die Innereien 90 min. in Salzwasser sanft köcheln.)

Brühe zum Kochen bringen, **Spinat** und **Basilikum** hineingeben. Mit **Salz** und **Pfeffer** würzen.
15 Minuten kochen lassen (der Spinat soll ganz zerkocht werden).
Nach ca. 10 Minuten die **Hähnchenstücke** dazugeben.

Währenddessen **Öl** erhitzen und **Zwiebeln** und **Knoblauch** darin glasig rösten. **Tomatenmark** und **Koriander** hinzufügen. 1 Minute dünsten, dann in die Brühe rühren.

Ras-al-hanout dazugeben. Noch 2 Minuten bei schwacher Hitze kochen lassen. Zum Schluss bei Bedarf mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken und heiß servieren.

PS.: Beim Kochabend wurde kein zusätzliches Salz verwendet, da die Brühe ausreichend kräftig war.

Quelle: Menü – Das große moderne Kochlexikon, Band 6, bearbeitet für den Männerkochkreis Groß-Glienicke