



Das Suppenhuhn Aus dem Vollen schöpfen

Ein Suppenhuhn zu kochen, ist einfach. Nach einer halben Stunde im Dampfkochtopf ist das aromatische Fleisch zart und kann vielseitig verwendet werden, zum Beispiel in einer gesunden, stärkenden Hühnersuppe.



Genuss und Gesundheit

Durch die lange Kochzeit ist das Suppenhuhn-Fleisch äusserst zart und löst sich leicht vom Knochen. Es eignet sich nicht nur für die klassische Hühnersuppe, sondern macht sich auch im Pulled Chicken Burger oder als Geschnetzeltes in der Currysauce wunderbar.

Über den Geschmack hinaus hat Hühnersuppe einen hervorragenden Ruf als Krankenkost erlangt: Sie wirkt entzündungshemmend und schleimhautabschwelend. Früher war Hühnersuppe oft die erste Mahlzeit, die Frauen nach der Geburt zur Stärkung gereicht wurde. In der chinesischen Medizin hat sie noch heute einen hohen Stellenwert.



Suppenhühner kaufen

Suppenhühner und Hennenfleisch sind bei Eierproduzenten, beim Metzger, in Online-Shops oder im Tiefkühlbereich grosser Lebensmittelgeschäfte erhältlich.

Eierproduzenten, die auch Suppenhühner verkaufen:
[swissegg.ch/produzenten/produzenten-finden](https://www.swissegg.ch/produzenten/produzenten-finden)
Weitere Infos: [swissegg.ch/huehner/suppenhuhn](https://www.swissegg.ch/huehner/suppenhuhn)

«Würden alle 2,5 Millionen
Mehrpersonenhaushalte in der Schweiz
jährlich ein Suppenhuhn essen,
landeten alle Hennen nach der Lege-
phase auf dem Teller.»

Kontaktadresse

GalloSuisse – Vereinigung der
Schweizer Eierproduzenten

043 300 40 50
info@gallosuisse.ch
[swissegg.ch](https://www.swissegg.ch)



Die Schweizer Henne
Nachhaltig gut.



Schweiz. Natürlich.



Vom Huhn zum Suppenhuhn

Schweizer Legehennen haben rund 500 Tage lang ein tiergerechtes Leben. Sie konnten sich im Stall frei bewegen, scharren sowie picken und hatten meist Zugang zu frischer Luft und Auslauf auf der Weide. Danach werden sie geschlachtet, weil ihre Eier nicht mehr den Erwartungen entsprechen. Ältere Hennen legen eher grössere Eier, deren Schale weniger robust ist.

Das Suppenhuhn Eine hennengute Sache



Es gibt viele Gründe, die für den Genuss von Suppenhuhn sprechen. Sei es das aromatische Fleisch mit seiner zarten Konsistenz oder die vielfältigen Rezepte, für die es verwendet werden kann.

Darüber hinaus verbinden sich köstlicher Geschmack, FoodSave und verantwortungsbewusster Ei-Genuss.

Also: guten Appetit!

von Louis Bischofberger Poule au Pot Henri IV



Zutaten (mind. 4 Personen)

1	Suppenhuhn (1,2 kg)
2l	Wasser
30 g	Salz
1	Bouquet garni «Kreuz» (Karotten, Sellerie, Lauch, Lorbeerblatt, geschwärzte Zwiebel, Petersilienstängel, Gewürznelke, zerdrückte Pfefferkörner)
300 g	buntes Wurzelgemüse, gedünstet
200 g	Nudelfetzen oder Kartoffeln, gekocht

Tipps: Zubereitung im Dampfkochtopf verkürzt die Garzeit um 75%. Reibkäse, Senffrüchte, Petersilie, Estragon und Schnittlauch sind passende Ergänzungen.

Zubereitung

Suppenhuhn kalt abspülen, trocknen, blanchieren oder direkt ansetzen. Wasser aufkochen und Huhn dazugeben. Es soll mit Wasser bedeckt sein, eventuell beschweren. Aufkochen.

Nach 15 Minuten das Salz zugeben. Weitersieden, abschäumen. Nach 60 Minuten das Bouquet garni dazugeben, weiter garen, immer wieder abschäumen.

Nach 3 bis 4 Stunden Garzeit mit der Fleischgabel kontrollieren, ob das Suppenhuhn weich gekocht ist: Schenkelfleisch sollte von der Gabel fallen. Im Fond leicht auskühlen lassen. Das handwarme, weich gekochte Suppenhuhn-Fleisch vom Knochen lösen und in gleichmässige Stücke schneiden.

Das bunte Wurzelgemüse, die Nudelfetzen bzw. Kartoffeln und das Fleisch schichtweise in einem Suppentopf anrichten. Mit abgeschmeckter Hühnerbrühe übergiessen, aufkochen, servieren.

von Hansjörg Ladurner, Messer & Gabel Tonno di Gallina



Zutaten

Schenkelfleisch vom Schweizer Suppenhuhn
Salbei
Thymian
Rosmarin
Knoblauch nach Belieben
Olivenöl

Zubereitung

Das Fleisch fein zerzupfen und mit den Kräutern dicht in ein Einmachglas schichten. Mit auf 55 bis 60 °C erwärmtem Olivenöl aufgiessen. Darauf achten, dass sich keine Luftbläschen bilden und das Fleisch an der Oberfläche ganz mit Öl bedeckt ist. Das Glas verschliessen und auskühlen lassen. Gekühlt und im verschlossenen Glas ist der Tonno di Gallina bis zu drei Monate haltbar.

von Hansjörg Ladurner, Messer & Gabel Pulled Chicken Burger



Zutaten

Burger:
Brustfleisch vom Suppenhuhn
Rustikales Brötchen
Garnitur nach Belieben

Barbecuesauce:
Vollreife Tomaten
Tomatenmark
Brauner Zucker
Honig
Lorbeerblatt
Kreuzkümmel, gemahlen
Schwarzer Pfeffer
Räucherpaprika
Chilipulver
Apfelessig

Zubereitung

Für die rauchige Barbecuesauce die Tomaten schälen. Alle Zutaten mischen und aufkochen, pürieren und auf eine cremige Konsistenz reduzieren.

Das Fleisch zu langen Fäden zerzupfen und mit der heissen Sauce mischen. Über Nacht ziehen lassen. Im rustikalen Burger-Brötchen anrichten und nach eigenem Belieben garnieren.