



Tag der Ernährung



© Fotos: Familie MacKay

■ Schottland

Cock-A-Leekie-Suppe

Von Familie MacKay

DIE SCHOTTISCHE Cock-A-Leekie-Suppe wird jedes Jahr am 25. Januar als Vorspeise zum *Robbie-Burns-Supper* zu Ehren des Geburtstags des schottischen Volksdichters **Robert Burns (1759-1796)** serviert. Mit einigen Ergänzungen (siehe Zutatenliste) ist sie aber auch ein sättigendes Hauptgericht. Am gesündesten ist die Cock-A-Leekie-Suppe, wenn bei der Zubereitung ausschließlich Zutaten in Bio-Qualität verwendet werden.

Zutaten für 4 Personen:

- ½ bis ganzes Suppenhuhn (je nach Gewicht)
- 2 Petersilienwurzeln
- 3 Porreestangen
- Brühe oder Salz
- Pfefferkörner
- Lorbeerblätter
- 12 Trockenpflaumen

Zusätzlich für ein Hauptgericht:

- Möhren, Steckrübe, Pastinake, Kartoffelwürfel
- Menge je nach Vorliebe

Zubereitung:

- Das gewaschene Suppenhuhn in kaltem Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen.
- Die Lorbeerblätter und die zerdrückten Pfefferkörner eventuell in einem Tee-Ei dazugeben.
- Bei geringer Hitze das Huhn gar kochen, ein ganzes Huhn dauert etwa 1½ bis 2 Stunden, und anschließend durch ein feines Sieb die Brühe abgießen.



- Das Huhn von den Knochen befreien und in mundgerechte Stücke schneiden und beiseite stellen.
- In die aufgefangene Brühe den in Ringe geschnittenen Porree und die Petersilienwurzel geben, als Hauptgericht kommen die gewürfelten restlichen Gemüse dazu.
- Bis 10 Minuten vor Garzeit die Trockenpflaumen hinzufügen und noch leise köcheln lassen.
- Das geschnittene Huhn hinzufügen.
- Die Suppe beim Servieren mit frischer Petersilie bestreuen.

Guten Appetit
Enjoy Your Meal

wünscht Familie MacKay.