Rezept

Steckrübeneintopf mit Graupen und Wirsing

Ein Rezept von Steckrübeneintopf mit Graupen und Wirsing, am 27.04.2024

Zutaten

3	kleine Möhren (150 g)
250 g	Wirsing
3 EL	Butter
2 EL	Apfelessig
80 g	Graupen aus Gerste
2-3 Stängel	glatte Petersilie
1 EL	Pflanzenöl
	frisch geriebene Muskatnuss
500 g	Steckrüben
1	Zwiebel (100 g)
2	Prisen Zucker
1,3 l	Gemüsebrühe
	Salz
80 g	geräucherter Bauchspeck ohne Schwarte
	schwarzer Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min

Zubereitung

1. Möhren, Steckrüben und Wirsing waschen. Möhren, Steckrüben und Zwiebel schälen. Die Möhren in 5 mm dicke Scheiben, Steckrüben und Zwiebel in etwa 1 cm große Würfel schneiden. Den Wirsingstrunk herausschneiden und die Blätter in 2 cm große Stücke teilen.

2. In einem Topf (24 cm Ø) 2 EL Butter erhitzen und die Zwiebel darin 2 Min. glasig dünsten. Die Möhren 1 Min. mitbraten. Mit Zucker bestreuen und unter Rühren 1 Min. hell karamellisieren lassen. Die Steckrüben 2 Min. mitbraten. Mit Apfelessig und Gemüsebrühe ablöschen. Die Suppe aufkochen lassen. Den Wirsing zugeben und offen bei schwacher Hitze etwa 40 Min. köcheln lassen.

3. Inzwischen die Graupen in kochendem Salzwasser in 26-28 Min. oder nach Packungsanweisung weich garen. In ein Sieb abgießen und eiskalt abschrecken. Die Petersilie waschen, trocken schütteln, abzupfen und grob hacken.

4. Den Speck in feine Würfel schneiden. Mit dem Öl in eine kalte Pfanne geben. Erhitzen und bei schwacher Temperatur in etwa 5 Min. kross braten. Die Speckwürfel aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

5. Die Pfanne mit Küchenpapier ausreiben. Die restliche Butter darin schmelzen und bei schwacher Hitze 1 Min. durchschwenken.

6. Die Graupen in die Suppe rühren und kurz darin erwärmen. Den Eintopf mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Die flüssige Butter und die Petersilie einrühren und den Eintopf in vorgewärmten Tellern servieren.