

## Rezept

# Flusskrebserl aus dem Wurzelsud

Ein Rezept von Flusskrebserl aus dem Wurzelsud, am 18.04.2025

## Zutaten

<b>1</b> Zwiebel	<b>1</b> Möhre
<b>2 Stangen</b> Staudensellerie	<b>1 Stück</b> Lauch
<b>2 EL</b> Butter	<b>1 1/2 TL</b> Kümmelsamen
<b>150 ml</b> trockener Weißwein	<b>2 1/2 TL</b> Salz
<b>2 große Stängel</b> Dill (ohne die Spitzen!)	<b>40</b> lebende Flusskrebse (1,8-2 kg)
	Baguette zum Servieren

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** schwer | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 670 kcal

## Zubereitung

1. Zwiebel schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Das Gemüse waschen oder schälen und putzen, dann in feine 5 cm lange Streifen schneiden.
2. Butter in einem breiten hohen Topf schmelzen. Darin Zwiebel- und Gemüsestreifen in 2 Min. glasig dünsten. Kümmel dazugeben, kurz durchrühren, mit Weißwein ablöschen, aufkochen lassen. 4 l kochend heißes Wasser aufgießen und mit dem Salz würzen. Dill abrausen und in den kochenden Sud geben.
3. Nun die lebenden Krebse kopfüber in den Sud geben, abdecken, aufkochen lassen, dann vom Herd ziehen und 6-8 Min. im Sud ziehen lassen. Die Garzeit kann je nach Größe der Krebse variieren, also zum Testen rechtzeitig einen Krebs aus dem Sud heben, den Schwanz vom Kopf lösen, die Schale aufbrechen. Die Krebschwänze sind perfekt, wenn sie glasig schimmern. Sie dürfen auf keinen Fall zu lange gekocht werden, sonst wird das Krebsfleisch trocken.
4. Die Flusskrebse in einer großen Suppenterrine anrichten, mit etwas Wurzelsud und Gemüsestreifen begießen und mit Baguette servieren. Zum Genießen die Scheren vom Körper trennen, Scherenspitzen vorsichtig auseinanderziehen und Schalen ablösen. Mit dem Messerrücken auf die dickeren Scherenstücke schlagen und anklicken, die Schalen auseinanderbrechen und das Fleisch herauslösen. Den Kopf mit einer Drehbewegung von dem Schwanz trennen, die Schwanzschalen dann etwas zusammendrücken und aufbrechen, das Fleisch ebenfalls herauslösen.