

Rezept

Löffelerbsen mit Speck

Ein Rezept von Löffelerbsen mit Speck, am 29.06.2026

Zutaten

350 g getrocknete gelbe Erbsen	500 g Pökelfleisch (Eisbein, Spitzbein, Rippchen)
1 Lorbeerblatt	1 TL getrockneter Majoran
Salz	1-2 Bund Suppengrün (je nach Größe)
2 große Kartoffeln	100 g Räucherspeck
1 EL Schmalz	1/2 Bund Petersilie
Pfeffer, frisch gemahlen	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 6 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 490 kcal

Zubereitung

1. Die Erbsen für 12 Std. in einem Suppentopf in 2 1/4 l kaltem Wasser einweichen.

2. Die Erbsen im Einweichwasser zum Kochen bringen. Das Fleisch, das Lorbeerblatt, den Majoran und etwas Salz hinzufügen und bei schwacher Hitze etwa 2 Std. köcheln lassen, Schaum abschöpfen.

3. Das Suppengrün putzen und waschen, die Kartoffeln schälen und alles in kleine Würfel schneiden. Den Speck klein würfeln. Das Schmalz in einer Pfanne erhitzen und den Speck darin knusprig ausbraten. Das Suppengrün und die Kartoffelwürfel unter die Erbsen mischen.

4. Wenn die Erbsen fast weich sind, die Speck-Kartoffel-Mischung dazugeben, unterrühren und in 15-20 Min. fertig garen.

5. Die Petersilie waschen und trockenschütteln, die Blätter hacken. Das Fleisch aus dem Topf nehmen, klein schneiden und wieder untermischen. Den Eintopf mit Pfeffer und der gehackten Petersilie bestreu-