Rezept

Rindfleischsuppe

Ein Rezept von Rindfleischsuppe, am 12.10.2024

Zutaten

250 g	Suppenfleisch vom Rind (Beinscheibe oder Brust)
1	Knoblauchzehe
1/2 TL	getrockneter Thymian
8 TL	Butter
	Salz
1 Bund	Suppengrün (Möhre, Sellerie, Lauch)
1	Zwiebel
4	Wacholderbeeren
1/2 TL	schwarze Pfefferkörner
3 Stängel	Petersilie

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 510 kcal, 44 g F, 24 g EW, 5 g KH

Zubereitung

1. Das Suppenfleisch in einen Topf geben und mit 1,5 l kaltem Wasser aufgießen. Offen bei mittlerer Hitze zum Kochen bringen, dann die Hitze reduzieren, sodass die Brühe nur leicht köchelt.

2. Inzwischen das Suppengrün putzen. Die Möhre und den Sellerie waschen und schälen, den Lauch gründlich waschen. Die Schälabfälle sofort in den Topf zum Suppenfleisch geben. Das Suppengemüse zur Seite stellen.

3. Die Zwiebel ungeschält halbieren, in einer beschichteten Pfanne ohne Fett auf der Schnittfläche rösten, bis sie fast schwarz ist, und mit der Schale in den Topf geben. Den Knoblauch ungeschält zerdrücken und ebenfalls mit Schale in den Topf geben. Die Wacholderbeeren im Mörser zerdrücken und mit Thymian und Pfefferkörnern in den Topf geben.

4. Die Brühe insgesamt 2 Std. offen köcheln lassen, gegebenenfalls die Temperatur weiter reduzieren, wenn die Suppe zu stark kocht. An der Oberfläche auftretenden Schaum mit einer Schaumkelle gelegentlich abschöpfen. Nach 2 Std. das Fleisch aus der Brühe nehmen und etwas abkühlen lassen.

5. Inzwischen das geputzte Suppengemüse in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Die Butter in einem großen Topf erhitzen und die Gemüsewürfel darin 5 Min. anschwitzen. Die Brühe durch ein feines Sieb direkt zum Gemüse in den Topf gießen und zum Kochen bringen. 10 Min. köcheln lassen.

6. Inzwischen das Fleisch in 1 cm große Würfel schneiden und zu der Suppe geben. Die Petersilie waschen, die Blätter abzupfen und fein hacken. Die Suppe mit Salz abschmecken, mit Petersilie bestreuen, auf zwei Tellern anrichten und servieren.