

Rezept

Stuttgarter Gaisburger Marsch

Ein Rezept von Stuttgarter Gaisburger Marsch, am 21.05.2025

Zutaten

2 Markknochen (ca. 00 g)
3 Zwiebeln
1 Nelke
Salz
500 g Rindfleisch (aus der Schulter)
1 Lorbeerblatt
1 Bund Suppengemüse
400 g vorwiegend festkochende Kartoffeln
1 Möhre
1 Stange Lauch

2 Frühlingszwiebeln
 50 g Butter
 250 g vorgegarte Spätzle (aus dem Kühlregal)

frisch geriebene Muskatnuss

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | Schwierigkeitsgrad leicht | Zeit Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | Pro Portion Ca. 530 kcal

Zubereitung

- 1. Knochen kalt abbrausen, trocken tupfen. 1 Zwiebel halbieren und mit der Nelke spicken. Die Zwiebelhälften mit der Schnittfläche nach unten in einem heißen Topf anrösten, 1,2 l kaltes Wasser angießen, salzen, Fleisch, Knochen und Lorbeerblatt dazugeben und alles langsam zum Kochen bringen.
- 2. Inzwischen Suppengemüse putzen, waschen, bei Bedarf schälen und grob würfeln. Zum Fleisch geben und alles zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 1 Std. 30 Min. köcheln. Dabei mit einem Schaumlöffel den entstehenden Schaum abschöpfen.
- 3. Kartoffeln und Möhre waschen, putzen und schälen. Lauch putzen und waschen. Alles in ca. 0,5 cm breite Scheiben bzw. Ringe schneiden. Das Fleisch aus der Brühe nehmen, in Alufolie wickeln und warm stellen. Die Brühe in ein feines Sieb abgießen, zurück in den Topf geben, erhitzen. Kartoffelscheiben in der Brühe bei mittlerer Hitze in 20 Min. weich garen. Nach 10 Min. Lauch und Möhre dazugeben und mitgaren.
- 4. Inzwischen die Frühlingszwiebeln und restlichen Zwiebeln schälen bzw. putzen und waschen und in feine Ringe schneiden. Butter in einem kleinen Topf zerlassen, darin nur die Zwiebeln goldbraun rösten. Das Fleisch würfeln und mit Spätzle kurz in der Brühe erwärmen. Den Eintopf mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Mit gebratenen Zwiebeln und Frühlingszwiebeln bestreuen.