

Rezept

Südtiroler Speckknödelsuppe

Ein Rezept von Südtiroler Speckknödelsuppe, am 09.06.2026

Zutaten

1 Zwiebel	100 g Schinkenspeck
1 EL Butter	2 EL gehackte Petersilie
4 altbackene Brötchen	2 EL Mehl
150 ml Milch	2 Eier
Salz	1 kleine Stange Lauch
100 g Möhren	1,2 l klare Rinderbrühe
Pfeffer	1-2 EL Schnittlauchröllchen

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 505 kcal

Zubereitung

1. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Den Speck ohne Schwarte ebenfalls fein würfeln und in der Butter anbraten. Die Zwiebeln hinzufügen und glasig dünsten. Die Petersilie dazugeben und kurz mitdünsten. Dann die Zwiebel-Speck-Mischung etwas abkühlen lassen.
2. Die Brötchen klein würfeln und mit der Speck-Zwiebel-Mischung und dem Mehl in eine Schüssel geben. Die Milch erwärmen und mit den Eiern verquirlen. In die Schüssel geben und etwas salzen. Die Masse etwas vermengen und 20 Min. ziehen lassen.
3. Inzwischen für die Suppe den Lauch putzen, in Ringe schneiden, waschen und abtropfen lassen. Die Möhren schälen und in dünne Scheiben schneiden.
4. Die Knödelmasse gut durchkneten. Mit angefeuchteten Händen 8 Knödel daraus formen. In leicht siedendes Salzwasser geben, einmal aufkochen, die Hitze wieder reduzieren und die Knödel in ca. 20 Min. gar ziehen lassen.
5. Inzwischen die Brühe erhitzen und das Gemüse darin bei schwacher Hitze ca. 10 Min. garen. Die Speckknödel noch 5 Min. in der Brühe ziehen lassen, dann auf tiefe Teller setzen. Die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken und dazugießen. Mit Schnittlauch garnieren und servieren.