

Rezept

Suppe mit gefüllten Gurken

Ein Rezept von Suppe mit gefüllten Gurken, am 13.06.2026

Zutaten

2	Salatgurken	½ l	Rinderbrühe
20 g	Glasnudeln	1	Frühlingszwiebel
1	Knoblauchzehe	100 g	Schweinehackfleisch
	weißer Pfeffer	½ TL	Salz
1 Prise	Zucker		

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN: | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 100 kcal

Zubereitung

1. Die Glasnudeln für die Füllung 30 Min. in kaltem Wasser einweichen.

2. Die Frühlingszwiebel waschen, putzen und sehr fein schneiden. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Beides mit dem Hackfleisch vermengen und mit Pfeffer, Salz und Zucker würzig abschmecken. Die Glasnudeln abgießen, in etwa 4 cm lange Stücke schneiden (Step 1) und mit der Hackfleischmasse verkneten.

3. Gurken waschen, nach Geschmack schälen, die Enden abschneiden und jede Gurke in 3-4 Stücke schneiden. Samen und das geleeartige Fruchtfleisch mit einem Teelöffel herauskratzen. Die Hackfleischmasse in die ausgehöhlten Gurkenstücke füllen (Step 2) – das geht am besten mit den Fingern.

4. Die Rinderbrühe zum Kochen bringen. Die gefüllten Gurkenstücke einlegen und bei schwacher Hitze etwa 15 Min. köcheln lassen. Die Füllung ist gar, wenn sie sich fest anfühlt und auf Fingerdruck nicht mehr nachgibt.

5. Die Gurken herausheben und abtropfen lassen. Jeweils in etwa 2 cm breite Scheiben schneiden (Step 3), vorsichtig in die Brühe zurückgeben, noch 2-3 Min. ziehen, aber nicht mehr kochen lassen.