

Winter-Suppen

Omas Rinderbrühe

(6 Portionen)

<p>2 Zwiebeln</p> <p>3 Markknochen</p> <p>2 Stück Ochenschwanz (5-6 cm)</p> <p>2 Beinscheiben vom Rind</p> <p>500 g Suppenfleisch</p> <p>1 Stange Lauch</p> <p>125 g Knollensellerie</p> <p>2 Karotten</p> <p>2 l Wasser</p> <p>2 Lorbeerblätter</p> <p>20 Körner Pfeffer</p> <p>10 Körner Piment</p> <p>½ TL Thymian</p> <p>1 Bund Petersilie</p> <p>Salz</p>	<p>Die Zwiebeln halbieren. Einen großen Suppentopf erhitzen (ohne Fett). Zwiebelhälften mit den Schnittflächen nach unten in den Topf geben und rösten, bis sie braun sind.</p> <p>Knochen, Ochenschwanz, Beinscheiben und Suppenfleisch einschichten.</p> <p>Das Gemüse putzen, klein schneiden und darüber verteilen.</p> <p>Mit Wasser auffüllen.</p> <p>Gewürze und Salz dazu geben.</p> <p>30 Minuten im offenem Topf kochen lassen, dabei wiederholt den sich bildenden Schaum abschöpfen. Das Fleisch sollte von Wasser bedeckt sein. Wenn nötig, etwas heißes Wasser hinzu gießen.</p> <p>Das Fleisch dann zugedeckt bei schwacher Hitze eine weitere Stunde leicht kochen lassen. 30 Minuten vor Ende der Garzeit das Fleisch aus der Brühe nehmen. Die Brühe durch ein Sieb in einen anderen Topf gießen und das gekochte Gemüse mit einem Löffelrücken leicht ausdrücken, dass der Gemüsesaft in die Brühe gelangt.</p> <p>Die Suppe heiß servieren.</p>
--	---

Schnelle Gemüsesuppe

(4 Portionen)

<p>2 Zwiebeln</p> <p>5 Karotten</p> <p>2 Kohlrabi</p> <p>etwas Butter</p> <p>¾ l Gemüsebrühe</p> <p>200 g Frischkäse (natur)</p> <p>Salz, Pfeffer</p> <p>gehackte Petersilie</p>	<p>Die Zwiebeln fein würfeln.</p> <p>Die Karotten und den Kohlrabi putzen und in Streifen schneiden.</p> <p>Das Gemüse in etwas Butter glasig andünsten und mit der Brühe aufgießen. Ca. 5 Minuten köcheln lassen, dann ungefähr die Hälfte des Gemüses aus der Brühe nehmen. Das übrige Gemüse in der Brühe pürieren.</p> <p>Den Frischkäse bei geringer Hitze in der Suppe schmelzen lassen. Die Gemüsestreifen wieder hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen.</p> <p>Die Suppe mit der gehackten Petersilie bestreut servieren.</p>
--	---

Gulaschsuppe

(6 Portionen)

<p>8 Zwiebeln 500 g Rindfleisch</p> <p>100 g Schweineschmalz</p> <p>1 EL Paprikapulver scharf 2 EL Paprikapulver edelsüß 1 TL Kümmel ½ TL Majoran 1 TL Salz 1 l Fleischbrühe</p> <p>2 Kartoffeln 1 Stange Lauch 2 Karotten 2 Paprikaschoten 4 Tomaten 1 Zehe Knoblauch gepresst 2 EL Tomatenmark</p> <p>100 ml Rotwein etwas saure Sahne</p>	<p>Die Zwiebeln schälen und in Würfel schneiden. Das Fleisch in kleine Würfel schneiden und dabei alle Sehnen und Häutchen entfernen. Das Schmalz im Topf zerlassen und die Zwiebelwürfel darin von allen Seiten goldbraun anbraten. Die Fleischwürfel zugeben und 5 Minuten unter ständigem Umwenden im Fett rösten.</p> <p>Das Paprikapulver, den Kümmel, den Majoran und das Salz zugeben.</p> <p>Mit der Fleischbrühe auffüllen und alles eine Stunde zugedeckt bei mittlerer Hitze garen.</p> <p>Das Gemüse waschen, putzen und klein schneiden bzw. würfeln.</p> <p>Das Gemüse mit dem Knoblauch und Tomatenmark in die Suppe rühren und weitere 25 Minuten kochen lassen.</p> <p>Die Suppe vom Herd nehmen und den Rotwein darunter rühren. Mit einem Klecks saurer Sahne servieren.</p>
--	---

Feine Linsensuppe

(2 Portionen)

<p>200 g Linsen 500 ml Gemüsebrühe</p> <p>100 g Karotten 100 g Knollensellerie 100 g Lauch 300 g Kartoffeln etwas Butter 500 ml Rinderbrühe</p> <p>3 EL Essig (Balsamico)</p> <p>etwas Petersilie, Schnittlauch</p>	<p>Die Linsen waschen, abtropfen lassen und mit der Gemüsebrühe 30 Minuten köcheln lassen.</p> <p>Das Gemüse waschen und putzen. Karotte, Sellerie, Lauch und Kartoffeln in kleine Würfel schneiden.</p> <p>In einem zweiten Topf die Butter schmelzen und das Gemüse mit den Kartoffeln kurz anschwitzen. Mit der Rinderbrühe ablöschen und 5 Minuten köcheln lassen. Die Linsen dazugeben und alles gut mischen. Mit dem Essig abschmecken.</p> <p>Petersilie oder Schnittlauch fein hacken und die Teller damit garnieren.</p> <p>Deftiger wird die Suppe durch Zugabe von klein geschnittenem Bauchspeck oder geräucherten Mettenden.</p>
---	---

Schaumsüppchen von der Petersilienwurzel

(2 Portionen)

140 g Petersilienwurzel 1 Schalotte 30 g Butter	Die Petersilienwurzel säubern, schälen und in Scheiben schneiden. Die Schalotte fein würfeln und beides in der Butter leicht anbraten, nicht bräunen.
50 ml Weißwein 250 ml Fleischbrühe ½ Knoblauchzehe Salz 150 ml Sahne Petersilie	Mit dem Wein und der Brühe ablöschen. Den Knoblauch fein gerieben oder zerdrückt dazu geben. Salzen. Ca. 20 Minuten zugedeckt köcheln lassen. Danach die Sahne dazu geben. Anschließend alles schaumig pürieren. 2/3 der Suppe in die Schalen/Teller geben. In die restliche Suppe die klein geschnittene Petersilie geben und pürieren. Die leicht grüne Suppe vorsichtig auf die weiße Suppe gießen und servieren.

Feine Kartoffelsuppe

(4 Portionen)

700 g mehligte Kartoffeln	Kartoffeln waschen, schälen und in Würfel schneiden; davon 2 Kartoffeln in kleine Würfel schneiden.
1 Karotte, 1 kleines Stück Sellerie ½ Stange Lauch	Das Gemüse waschen, schälen, ebenfalls in Würfel schneiden, den Lauch in Streifen schneiden.
1 EL Butter 1 l Gemüsebrühe 1 Lorbeerblatt	Gemüse und Kartoffeln in heißer Butter anbraten, mit Gemüsebrühe ablöschen. Das Lorbeerblatt dazugeben und die Suppe 20-25 Minuten köcheln lassen. Das Lorbeerblatt entfernen.
50 g Speck, ½ TL Butter	Speck in kleine Würfel schneiden und mit den zurückgehaltenen kleinen Kartoffelwürfel mit etwas Butter in einer Pfanne anbraten (10 Minuten).
100 g Frischkäse Salz, Pfeffer Schnittlauch	Frischkäse zur Suppe geben und mit dem Mixstab pürieren. Die Suppe abschmecken. Abschließend die Suppe mit Kartoffel-Speckwürfeln und Schnittlauch anrichten.

Karottensuppe

(2 Portionen)

400 g Karotten 100 g Kartoffeln 1 Zwiebel 1 kleines Stück Ingwer	Das Gemüse waschen, putzen und in Würfel schneiden. In der Butter andünsten.
2 EL Butter 750 ml Gemüsebrühe 3 Ei Sahne Salz, Pfeffer Petersilie	

Käse-Lauch-Suppe

(6 Portionen)

500 g Lauch 750 ml Fleischbrühe 150 g Kräuter-Schmelzkäse 150 g Sahne-Schmelzkäse 1 Becher Schmand 500 g Hackfleisch vom Rind 1 Zwiebel Pfeffer und Salz	Den Lauch putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. In der Fleischbrühe 20 Minuten kochen. Den Kräuter- und Sahne-Schmelzkäse in der Suppe zergehen lassen. Den Schmand zufügen. Das Rinderhackfleisch mit der klein geschnittenen Zwiebel anbraten. Mit Pfeffer und Salz würzen, in die Suppe einrühren und kurz aufkochen lassen. Dazu schmeckt Baguette-Brot.
---	--

Allgäuer Kartoffelsuppe

(4 Portionen)

600 g Kartoffeln 1 Zwiebel 1 Zehe Knoblauch 1 Stange Lauch 2 Karotten 2 EL Butter 750 ml Gemüsebrühe 200 g Schmelzkäse mit Kräutern Salz, Pfeffer Muskat, Majoran 4 Scheiben Baguette	Die Kartoffeln waschen, schälen und fein würfeln. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein hacken. Den Lauch und die Karotten waschen und in Ringe schneiden. Die Butter erhitzen und das Gemüse darin andünsten. Mit der Brühe abgießen und alles ca. 15 Minuten kochen lassen. Vom Schmelzkäse ca. 2 EL abnehmen und beiseite stellen. Den restlichen Schmelzkäse in die Suppe geben, diese aufwallen lassen und würzen. Den Backofen auf 200°C vorheizen. Die Suppe in feuerfeste Schalen füllen. Die Baguette-Scheiben goldbraun rösten, mit dem restlichen Schmelzkäse bestreichen und auf die Suppe legen. Für ca. 5 Minuten bei 200°C überbacken.
--	--

Frittaten-Suppe

(4 Portionen)

2 Eier 1/8 l Milch 60 g Mehl 1 TL Salz 1 EL Öl 3/4 l Suppe (Rinder- oder Gemüsebrühe)	Eier, Milch, Mehl und Salz glatt rühren. In einer flachen Pfanne Öl erhitzen und den Pfannenkuchenteig dünn einlaufen lassen. Beidseitig goldbraun backen. Solange wiederholen bis der gesamte Teig verbraucht ist. Pfannenkuchen erkalten lassen und in dünne Streifen (Frittaten) schneiden. Frittaten in die Suppe geben, mit Schnittlauchröllchen bestreuen und sofort servieren. Ggf. in den Frittaten-Teig frische Kräuter einarbeiten.
---	--

Apfel-Sellerie-Suppe

(4 Portionen)

25 g Butter 3 Äpfel 1 Knollensellerie	Die Butter schmelzen. Äpfel und Sellerie waschen, schälen und zerkleinern. Ca. 5 Minuten dünsten.
1 l Hühner- oder Gemüsebrühe Cayennepfeffer	Die Brühe und den Cayennepfeffer hinzu geben und zum Kochen bringen. Die Hitze zurückdrehen und 25-20 Minuten köcheln lassen, bis Äpfel und Sellerie sehr weich sind.
Salz, Pfeffer 2 EL gewürfelter Apfel Paprikapulver	Die Suppe pürieren, bis alles ganz glatt ist und in einen frischen Topf geben. Vorsichtig erhitzen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Jede Portion mit dem fein gewürfelten Apfel garnieren und mit Paprika bestäuben.

Gemüsesuppe mit Kräuterklößchen

(4 Portionen)

400 g Karotten 100 g Sellerieknolle 2 Stangen Lauch 1 l Gemüsebrühe	Das Gemüse putzen und waschen und klein schneiden. Karotten und Sellerie ca. 8 Minuten in 750 ml Gemüsebrühe garen, den Lauch zugeben und weitere 5 Minuten garen. Restliche 250 ml Gemüsebrühe extra zum Kochen bringen. Den Grieß einstreuen und aufkochen lassen. Herd ausschalten.
80 g Dinkelvollkorngrieß oder Maisgrieß 2 EL geriebener Parmesankäse	Den Grieß 5 Minuten bei geschlossenem Deckel garen. Parmesan unterrühren. Den Grieß weitere 10 Minuten ausquellen lassen.
1 Ei und 1 Eigelb je 1/2 Bund Schnittlauch und Petersilie Pfeffer, Kräutersalz geriebene Muskatnuss	Ei, Eigelb und gehackte Kräuter unter die lauwarme Masse rühren und abschmecken. Mit angefeuchteten Händen haselnussgroße Kugeln formen und in siedendem Salzwasser 5 Minuten gar ziehen lassen. Die Klößchen in der heißen Suppe servieren.

Erbsencreme-Suppe

(4 Portionen)

200 g gelbe od. grüne Erbsen, getrocknet 750 ml Wasser 2 TL Gemüsebrühe Salz, Pfeffer, Muskatnuss 1 Zwiebel, gehackt 150 g Karotten 300 g Kartoffeln 20 g Butter 2 Scheiben Vollkorntoast 1 Bund Schnittlauch, 100 g Schmand	Die Erbsen 8 Stunden im Wasser einweichen (keine Brühe und kein Salz, sonst werden die Erbsen nicht weich). Anschließend zum Kochen bringen und 40 Minuten köcheln lassen. Danach die Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer und Muskat zugeben. Die Zwiebel, die Karottenwürfel und die Kartoffelwürfel in 10 g Butter andünsten. Danach in wenig Wasser garen. Das Toastbrot würfeln und in 10 g Butter goldbraun rösten. Das gedünstete Gemüse zu den Erbsen geben. Alles pürieren, nochmal aufkochen und evtl. nachwürzen. Zum Schluss den Schmand unterrühren. Mit Brotwürfeln und Schnittlauch bestreut servieren.
---	--