

#### Kochdauer:

Mittel (30 bis 60 Minuten)

#### Schwierigkeit:

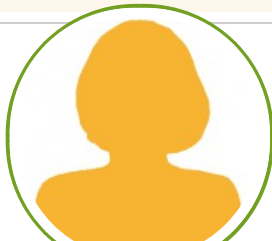
einfach

#### Zutaten für 4 Portionen:

200 ml Bohnen, weiß  
200 ml Rollgerste  
200 g Wurzelgemüse  
250 g Selchfleisch  
Salz  
Pfeffer, gemahlen  
Muskat, gerieben  
Petersilie, gehackt

#### Mein persönlicher Tipp

Am besten schmeckt frisch  
gebackenes Bauernbrot dazu.



Bäuerinnen Vorarlberg

#### Quellen:



Kochen und Küche: Bäuerinnen kochen

## Montafoner Gerstensuppe



Foto: K&K/Andrea Jungwirth - Nicht zur freien Verwendung

#### Zubereitung

- Bohnen, Rollgerste, das klein geschnittene Wurzelwerk und das Selchfleisch in ca. 3 l Wasser auf kleiner Flamme weich kochen (ca. 2 Std).
- Wenn das Selchfleisch gar ist, aus dem Kochsud nehmen, fein schneiden und wieder zurück in den Sud geben.
- Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken, mit fein gehackter Petersilie bestreuen und heiß servieren.