



**Kochdauer:**

Schnell gekocht (bis 30 Minuten)

**Schwierigkeit:**

einfach

**Zutaten für 4 Portionen:**

- 2 Stk. Eier
- Kräutersalz
- 100 g Weizenmehl
- 1 Msp. Muskat, gerieben
- 2 EL frische Kräuter
- 1 l Gemüsesuppe

**Mein persönlicher Tipp**

Es müssen nicht immer Rauten geschnitten werden. Für besondere Anlässe mit einem netten Keksausstecher die Suppeneinlage ausstechen.



**Eva Maria Lipp**

Ernährungsberaterin und  
Kochschulleiterin in Leoben



**Quellen:**



Eva Maria Lipp: *Menüs aus dem Dampfgarer*  
AV BUCH

## Klare Gemüsesuppe mit Kräuterbiskuitrauten



Foto: AV/Cadmos/Miguel Dieterich - Nicht zur freien Verwendung

**Zubereitung**

- o Die Eier mit dem Salz schaumig aufschlagen.
- o Mehl, Muskatnuss und die gehackten Kräuter (z.B.: Petersilie, Schnittlauch, Majoran, Basilikum, Bohnenkraut, Estragon) unterheben.
- o Eine der Größe entsprechende Backform mit Frischhaltefolie auslegen und Masse einfüllen.
- o Im Dampfgarer auf der Universalarstufe (100 °C) 20 Minuten garen.
- o Herausnehmen und auskühlen lassen.
- o Nach dem Fertiggaren stürzen und Folie abziehen und mit einem Küchenlineal in kleine gleichmäßige Rauten (Seitenlänge ca. 2 ½ cm) schneiden.
- o Mit klarer kräftiger Rinds- Hühner- oder Gemüsebrühe und Schnittlauch servieren.

**Variation:** Kräuter sind die eine Variante. Wie wäre es zur Abwechslung mit 100 g feingeschnittenem Schinken, 80 g fein geriebenen Hartkäse oder mit 100 g gegartem Gemüse nach Jahreszeit.