

**Kochdauer:**

Mittel (30 bis 60 Minuten)

**Schwierigkeit:**

einfach

**Zutaten:**

1 l	Rindsuppe
70 g	Dinkel, frisch gemahlen
	Salz
	Pfeffer, schwarz
250 ml	Obers
	geriebener Kren
1 Stk.	Räucherforellenfilet (Fisch)
2 EL	Sauerrahm
1 EL	Schnittlauch
2 Stk.	Eier
4 Stk.	Toastbrot

**Mein persönlicher Tipp**

Als Einlage schmecken gekochte Rote-Rüben-Würfel, gekochte Erdäpfelwürfel, Räucherfisch oder ganz einfach geröstetes Bauernbrot. Zudem kann Dinkel übrigens auch durch Grünkern oder Urkorn ersetzt werden.:

**Barbara Strasser**

Seminarbäuerin im Bezirk Linz

**Quellen:**

- Romana Schneider & Martina Lettner: *Kursunterlage Genuss gelöffelt- köstliches aus der Suppenküche*

## Dinkel-Krenschaumsupperl mit Räucherforellenpofesen

**Zubereitung****Suppe**

1 l Gemüsefond oder Rindsuppe, 70 g frisch gemahlener Dinkel, Salz, frisch gemahlener Pfeffer, 1/4 l Obers, 1 Handvoll frisch gerissenen Kren

- In den kalten Gemüsefond bzw. in die Suppe mit einem Schneebesen das fein gemahlene Dinkelmehl einrühren.
- Das Ganze unter ständigem Rühren aufkochen (wichtig, damit sich nichts anlegt).
- Die Suppe kurz köcheln lassen.
- Die Suppe vom Herd nehmen, mit Salz und Pfeffer abschmecken, Obers und Kren beigeben und mit dem Stabmixer kräftig aufmixen.
- Vor dem Servieren mit beliebiger Einlage, evtl. Obershäubchen und frisch gerissenem Kren garnieren.

**Räucherfischpofesen**

1 Räucherforellenfilet, 2 EL Sauerrahm, 1 EL Schnittlauch, 2 Eier, 4 Toastbrotscheiben

- Für die Pofesen das Räucherforellenfilet von den Gräten befreien und mit einer Gabel zerdrücken.
- Den Sauerrahm und Schnittlauch dazugeben und evtl. abschmecken.
- Das Toastbrot entrinden und eine Seite damit bestreichen, die zweite Hälfte darauflegen.
- In Ei drehen und in einer heißen Pfanne herausbacken.



Eine Initiative des  
**AGRAR.PROJEKT.VEREIN**

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium  
Nachhaltigkeit und  
Tourismus

**LE 14-20**  
Entwicklung für den ländlichen Raum

Europäischer  
Landwirtschafts- und  
Ressort für die Entwicklung des  
ländlichen Raums:  
Hier investiert Europa in  
die ländlichen Gemeinden

