



Kochdauer:

Schnell gekocht (bis 30 Minuten)

Schwierigkeit:

einfach

Zutaten für 4 Portionen:

- 0,5 Stk. Rotkraut
- 1 Stk. gelbe Zwiebel
- 4 Stk. Erdäpfel, mehlig
- 0,75 l Rindsuppe
- Salz
- Pfeffer, gemahlen
- 1 Prise Kümmel
- 2 EL Schlagobers, geschlagen
- 50 g Schinken

Mein persönlicher Tipp

Zwiebel kann man auch ohne Fett rösten: Zwiebeln trocken anrösten bis er leicht braun ist und dann mit 1 EL Wasser aufgießen. Wenn das Wasser verdunstet ist, nochmal aufgießen, solange bis die Zwiebeln braun geröstet sind.



Caecilia Geißegger

Referentin für Ernährung in Güssing

Rotkrautsuppe



Foto: Cilli Geißegger - Nicht zur freien Verwendung

Zubereitung

- o Zwiebel hacken und im Topf rösten.
- o Den Strunk beim Rotkraut entfernen, dieses hobeln oder fein schneiden und zum gerösteten Zwiebel geben.
- o Alles weiterrösten und mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen
- o Mit Rindssuppe aufgießen und so das Kraut dünsten.
- o 2 würfelig geschnittene Erdäpfel dazugeben und mitdünsten.
- o Nach ca. ½ Stunde mit dem Pürierstab pürieren und mit restlicher Suppe aufgießen
- o Die anderen 2 würfelig geschnittenen Erdäpfel dazugeben und kurz aufkochen lassen. Währenddessen rühren, damit sich am Topfboden nichts anlegt.
- o Nochmals abschmecken.
- o Suppe anrichten. Einen kleinen Esslöffel Schlagobers daraufsetzen.
- o Schinkenstreifen (oder Hauswürstelstreifen) auf das Schlagobers geben und somit die Suppe optisch und geschmacklich verfeinern.

Quellen:



Caecilia Geißegger:

Rezept aus Bäuerinnenkochkurs



Eine Initiative des
AGRAR.PROJEKT.VEREIN

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium
Nachhaltigkeit und
Tourismus



Regionale Rezepte



von Bäuerinnen empfohlen
traditionell & saisonal

SEMINAR
BÄUER
INNEN



lk Bäuerinnen
Österreich

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
Landwirtschaftsfonds für
die Entwicklung des
ländlichen Raums:
Hier investieren Europa in
die ländlichen Gebiete.

