



**Kochdauer:**

Schnell gekocht (bis 30 Minuten)

**Schwierigkeit:**

einfach

**Zutaten für 4 Portionen:**

- 200 g Rindfleisch
- 2 Stk. Karotten
- Knollensellerie
- Lauch
- Petersilie
- Muskat, gerieben
- Sojasauce
- Salz
- Pfeffer
- Öl

## 30-Minuten-Suppentopf



Foto: VrK/Alexander Stiegler - Nicht zur freien Verwendung

**Mein persönlicher Tipp**

Da das Schulterfleisch vom regionalen Jungrind zart ist, kann man damit schnell eine gehaltvolle, wertige Suppe herstellen.



**Monika Schachner**

Seminarbäuerin aus St. Stefan ob Leoben

**Zubereitung**

- Das Gemüse (Karotten, 1/4 Sellerieknolle, 1/2 Stange Lauch und Petersilie) waschen, putzen, fein nudelig schneiden und im heißen Fett kurz anrösten.
- Fleisch (hier eignet sich regionales Jungrind-Fleisch hervorragend) in 1/2cm große Streifen schneiden, kurz mitrösten und mit 3/4Liter heißem Wasser aufgießen.
- Würzen und 20 Minuten köcheln lassen.
- Mit Petersilie bestreut servieren.



**Quellen:**



Monika Schachner: *Privatrezept*