

Frisch gekocht
Mittwoch, 9. November 2016



Rezept von Richard Rauch

Pilzsuppe mit Heidensterz

50 Minuten (ohne Stehzeit)/aufwendig



Zutaten für 4 Personen

1 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 1 EL Butter, 600 g Steinpilze (ersatzweise Zuchtpilze wie Austernpilze oder Champignons), etwas Stärke zum Binden, 200 ml Obers, 1 kleiner Bund Schnittlauch, 1/4 TL Kümmel (ganz), 4 Lorbeerblätter, Muskatnuss, Salz, Pfeffer.
Für den Heidensterz: 250 g Heidenmehl, 400 ml Sodawasser (oder Mineralwasser), Salz, 3 EL Grammeln, 5-6 EL Schmalz.

Zubereitung

Steinpilze mit einem Gemüsemesser putzen und mit einer weichen Bürste sauber bürsten, in 2 mm dicke Scheiben schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden, in einem Topf mit Butter anschwitzen. Die Pilze zugeben und kurz mitrösten, mit Salz, Pfeffer, Kümmel, Muskat und Lorbeerblättern würzen. Mit 1250 ml Wasser aufgießen, aufkochen lassen und etwa 20 Minuten kochen. Stärke mit etwas Wasser anrühren und die Suppe damit binden. Obers zugießen und nochmals kurz kochen. Den frisch geschnittenen Schnittlauch untermengen.

Für den Sterz das Heidenmehl mit Soda und Salz glatt rühren. In einer Pfanne 2 EL Schmalz erhitzen und die Sterzmasse in die Pfanne geben. Im auf 180 °C (Umluft) vorgeheizten Rohr 20-30 Minuten backen, danach heraus nehmen und in der Pfanne abkühlen lassen. Auf einen Teller stürzen und in 2 cm-Stücke brechen.

Die Pfanne mit dem restlichen Schmalz erhitzen, die Sterzstücke und die Grammeln darin rösten, nach Geschmack salzen.