

Bohnensterz mit Rahmsuppe

Zutaten

1 kg Mehl
4-5 l Wasser
60 dag Wachtelbohnen
1 Teelöffel Salz
2 Lorbeerblätter
Schmalz oder Öl
2 Becher Sauerrahm
4 Zehen Knoblauch
1 Bund Schnittlauch

Zubereitung

Die Wachtelbohnen über Nacht einweichen, am nächsten Tag mit frischem Wasser zustellen. Mit Salz und Lorbeerblättern köcheln lassen. In der Zwischenzeit das Mehl linden, also ohne Fett unter ständigem Rühren anrösten. Wenn es zu duften beginnt und heiß genug ist, mit einem Teil der Bohnen und Kochwasser aufgießen und verrühren. Zur Seite stellen.

Sauerrahm mit Knoblauch, Essig verrühren und in die Suppe einrühren, Suppe dafür vom Herd ziehen, damit keine Klümpchen entstehen. Schmalz zerlassen oder Öl erhitzen und den Sterz damit übergießen „abschmalzen“. Suppe und Sterz mit Salz und Pfeffer abschmecken. Frischen Schnittlauch für die Suppe schneiden, Sterz und Suppe gemeinsam aber auf getrennten Tellern servieren. Als Getränk wird traditionellerweise Buttermilch gereicht.