

„Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2



Fotocredit: Simeon Baker

Kärntner Ritschert

Zutaten

(4 Personen)

- 200 g Rollgerste
- 250 g Hausgeselchtes (für eine vegane Version mit Kohlrabi ersetzen)
- 100 g Zwiebeln gewürfelt
- 2 Knoblauchzehen, klein geschnitten
- 500 ml Gemüsebrühe
- 100 g Käferbohnen
- 100 g Karotten
- 100 g gelbe Rüben
- 100 g Knollensellerie
- 1 kleiner Bund Liebstöckel
- eine Prise Salz
- etwas Pfeffer
- 1 Frühlingszwiebel

Quelle: ORF extra

Zubereitung

Rollgerste am besten über Nacht in Wasser einweichen.

Das Hausgeselchte im kalten Wasser zusetzen und mit Zwiebel und Knoblauch weichkochen. Im Anschluss die Rollgerste in Brühe weichkochen (ohne Fleisch).

Die gewaschenen und geschälten Karotten, gelbe Rüben und Sellerie sowie Stängel vom Liebstöckel mitkochen, bis sie am Punkt gegart sind. Dann wieder vorsichtig herausnehmen, abkühlen lassen und in mittelgroße Rauten schneiden (auch das Hausgeselchte). Danach den Selchsud abseihen.

Die Brühe in einem Topf erwärmen und alle Zutaten beifügen. Gute fünf Minuten durchkochen, wenn notwendig noch mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Anrichten Frühlingszwiebel in Streifen schneiden und gemeinsam mit Liebstöckel zum Bestreuen des Kärntner Ritscherts verwenden.