Rezept aus „Silvia kocht“

Foto: ORF/ Silvia Schneider GmbH/ Juraj Melicher

Gerstensuppe mit Bündner Fleisch

Koch: Heiko Krüger

Zutaten

(für 4 Personen)

Für die Suppe
- 100 g Liechtensteiner Rollgerste
- Sonnenblumenöl zum Anbraten
- 200 ml Weißwein
- ½ l Rinderbrühe
- 1 l Obers
- 1 Zwiebel
- ¼ Sellerieknolle
- 1 Rüebli (Karotte)
- ½ Stange Lauch
- 50 g Bündner Fleisch
- 2 Lorbeerblätter
- Salz

Für die Garnitur
- gehackte Petersilie

Zubereitung

1. Für die Suppe zuerst die Rollgerste in einem Topf in etwas Sonnenblumenöl anbraten, gut durchrühren und mit dem Weißwein ablöschen. Sobald der Wein verkocht ist, mit der Rinderbrühe und dem Obers aufgießen und die Suppe eine Stunde köcheln lassen.

2. In der Zwischenzeit die Zwiebel, den Sellerie, die Rüebli und den Lauch schälen oder putzen, in kleine Würfel und das Bündnerfleisch in feine Streifen schneiden.

3. Nach etwa 45 Minuten das Gemüse und das Bündner Fleisch in die Suppe geben. Ganz am Ende der Kochzeit die Lorbeerblätter 2-3 Minuten mitköcheln lassen und diese danach wieder entfernen. Die Suppe mit etwas Salz abschmecken.

4. Zum Schluss die Gerstensuppe in einem tiefen Teller anrichten und mit gehackter Petersilie garnieren.

Quelle: ORF extra