

## Rezept aus „Silvia kocht“

Foto: ORF/ Silvia Schneider GmbH/ Juraj Melicher



## Heidensterz und Schwammerlsuppe

**Köchin: Karin Pötz**

### Zutaten

(für 4 Personen)

Für den Heidensterz

- 400 g Buchweizenmehl (= Heidenmehl)
- 500 ml Wasser
- $\frac{3}{4}$  TL Salz
- 200 g Butterschmalz
- 100 g Grammeln
- 100 g weiße Bohnen (gekocht)

Für die Schwammerlsuppe

- 100 g Steinpilze
- 100 g Eierschwammerl
- 1 EL Butter
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- $\frac{1}{8}$  l Weißwein
- 2 l Gemüsesuppe
- 1 große Kartoffel

- 1/8 l Obers
- Salz
- Pfeffer
- 1/2 Bund Petersilie

### Zubereitung

1. Für die Schwammerlsuppe zuerst die Zwiebel und den Knoblauch schälen, feinhacken und beides in einer Pfanne in etwas Butter anbraten. Dann die Steinpilze und die Eierschwammerl putzen, in grobe Stücke schneiden oder reißen und in die Pfanne dazugeben.

2. Anschließend mit dem Weißwein ablöschen, mit der Gemüsesuppe und dem Obers aufgießen und die Suppe mit Salz, Pfeffer und geriebener Muskatnuss würzen. Die Kartoffel schälen, in sehr kleine Würfel schneiden und in die Suppe geben. Danach alles etwas köcheln lassen – durch die Kartoffelwürfel entsteht zusätzliche Bindung.

3. In der Zwischenzeit den Heidensterz zubereiten. Hierfür das Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen. Dann das Buchweizenmehl in einer Schüssel mit dem Salz und nach und nach mit dem Wasser vermengen, bis eine klumpige Masse entsteht. Die Masse nun in das heiße Schmalz geben, die Grammeln und die gekochten weißen Bohnen begeben und alles etwa 15 Minuten unter ständigem Rühren rösten.

4. Zum Schluss die feine Schwammerlsuppe in kleine Schüsseln anrichten und mit gehackter Petersilie bestreuen. Den gerösteten Heidensterz separat dazu servieren.