

Suppen Rezepte

Bündner Gerstensuppe

Anzahl: 4 Personen

Gattung: Milchprodukte, Exotisch, Suppe, Creme, Gerste, Schweiz, Getreide

70 g	Gerste	1 große	Zwiebel
2 Liter	Bouillon	50 g	Bündnerfleischwürfel
2	Rüebli	1	Wädli; oder
1/2	Sellerie	1 Stück	Speck
1/2	Weißkabis (Weißkohl)	1	Lorbeerblatt
1	Lauchstängel	3	Nelken
3 Essl.	Öl; +/-	4 Essl.	Rahm; +/-

Zwiebeln hacken. Rüebli und Sellerie in Würfel, Kabisstrunk wegschneiden und den Rest des Kabis in Streifen, den Lauch in Rädli schneiden.

Öl in einer großen Pfanne erhitzen und Sellerie, Rüebli, Kabis, Zwiebeln und Bündnerfleischwürfel darin andünsten.

Gerste und Lauch dazugeben und noch zwei bis drei Minuten weiterdunsten, Mit der Bouillon ablöschen. Wädli oder Speck, Lorbeerblatt und Nelken dazugeben und das Ganze rund zwei Stunden köcheln lassen.

Am Schluss mit Salz und Pfeffer aus der Mühle abschmecken und mit wenig Rahm verfeinern.

Tipp: Die Gerstensuppe eignet sich auch ausgezeichnet zum Aufwärmen. Sie können auch eine grössere Menge kochen und den Rest einfrieren. In diesem Fall aber den Rahm erst beim Aufwärmen dazugeben.