

Gaisburger Marsch

Rezept für zehn Personen

Brühe

1 Bund Suppengemüse aus Knollensellerie, Karotten, Zwiebeln, Lauch, 1 quer halbierte Zwiebel mit Schale, etwa 500 g Suppenfleisch vom Rind (z.B. Brust, Tafelspitz), 2-3 gehackte Rinderknochen, 4 geschälte Zehen Knoblauch. Ein paar Lorbeerblätter, Pfefferkörner, Wacholderbeeren (in einem Stoff-Säckchen). Einige Zweige Petersilie, Rosmarin, Thymian, Liebstöckel. Etwas Muskatnuss und Salz zum Abschmecken.

Die halbierte Zwiebel mit der Schnittfläche in einen großen, heißen Topf geben und anrösten lassen, bis sie fast schwarz ist. Das gibt der Brühe eine schöne Farbe und ein würziges Aroma. Das Suppengemüse in grobe Stücke schneiden (etwa Walnussgroß) und mit in den Topf geben. Ebenso das Fleisch, den Knoblauch, die Kräuter und die Gewürze. Mit kaltem Wasser aufgießen, langsam erhitzen und zum Kochen bringen. So lange simmern lassen, bis das Fleisch weich ist. Falls sich Schaum an der Oberfläche bildet (das ist nur Eiweiß), kann dieser abgeschöpft werden. So wird die Brühe klarer.

Fleisch rausnehmen und abkühlen lassen, anschließend in kleine Würfel schneiden. Brühe vorsichtig durch ein Sieb passieren, sonst kommen die Trübstoffe wieder rein.

Gemüse-Einlage

Jeweils etwa 150 g Blumenkohl, Brokkoli, Sellerie, Karotten, Lauch, Prinzessbohnen, festkochende Kartoffeln (geschält, ohne Strunk)

Alles fein würfeln bzw. in kleine, mundgerechte Stücke schneiden und in kochendem, gesalzener Wasser blanchieren, bis es bissfest ist. In Eiswasser abschrecken. So bleiben die Farben schön leuchtend.

Spätzle

Mehl und Eier zu gleichen Teilen, (z.B. 3 M Eier à 50g, 150 g Mehl) Salz, Pfeffer, Muskatnuss, wer möchte, etwas Kurkuma für eine intensivere Farbe.

Mehl und Eier verrühren und mit einem Holzlöffel so lange schlagen bis Blasen entstehen. Nach Belieben abschmecken. Mit Hilfe eines Spätzlehobels den Teig portionsweise ins kochende, gesalzene Wasser schaben. Den Hobel vor jedem Mal mit kaltem Wasser bestreichen. Wenn die Spätzle oben schwimmen, sind sie fertig. Mit einer Schöpfkelle rausnehmen und in Eiswasser abschrecken.

Röstzwiebeln

1-2 Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. In heißem Fett (z.B. Sonnenblumenöl) bei 160-180 Grad goldbraun fritieren. Auf einem Küchentuch abtropfen lassen.

Die Brühe in einem Topf mit dem gewürfelten Fleisch, der Gemüse-Einlage und den Spätzle zusammen erwärmen und dann im Suppenteller anrichten. Mit Röstzwiebeln garnieren.



Weitere Rezepte gibt's auf alblust.de