

Borschtsch-Eintopf

Für zwei Personen

Für den Suppenansatz:

$\frac{1}{2}$ kg Rinderbrust	$\frac{1}{2}$ kg Schweinebauch	$\frac{1}{2}$ Suppenhuhn
1 Knolle Fenchel	$\frac{1}{2}$ Stange Lauch	$\frac{1}{2}$ Staupe Sellerie
1 Gemüsezwiebel	2 weiße Zwiebeln	2 Knollen junger Knoblauch
2 L Gemüsefond		

Für die Borschtsch-Einlage:

200 g Rote Bete	200 g Karotten	200 g Mairüben
200 g Lauch	200 g Zwiebeln	$\frac{1}{2}$ Spitzkohl
$\frac{1}{2}$ Bund Dill	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	$\frac{1}{2}$ Bund Koriander
$\frac{1}{2}$ Bund Kerbel	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	1 TL Ascorbinsäure
Olivenöl		

Für die Smetana:

200 g Smetana, naturell	$\frac{1}{2}$ Avocado	$\frac{1}{2}$ Bund Dill
$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	$\frac{1}{2}$ Bund Koriander	$\frac{1}{2}$ Bund Kerbel
$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	20 ml Olivenöl	

Für den Suppenansatz:

In einem großen Topf je 2 Litern Wasser und Gemüsefond aufsetzen. Knoblauch, Zwiebeln, Fenchel, Lauch und Sellerie grob zerteilt dazugeben.

Das Fleisch waschen und trockentupfen. Die Rinderbrust und den Schweinebauch 2 Stunden bei niedriger Hitze im Topf kochen. Das Suppenhuhn hinzugeben und eine weitere Stunde mitkochen.

Das Fleisch anschließend aus dem Topf nehmen und mit einer Fleischgabel grob zerrupfen.

Für die Borschtsch-Einlage:

Die Karotten und Mairüben schälen, von den Enden befreien und fein hacken. Den Lauch vom Ansatz und der äußeren Schale befreien, putzen und in feine Würfel schneiden. Die Zwiebel abziehen und fein würfeln.

Rote Bete schälen und auf einer Vierkantreibe grob reiben.

Den Spitzkohl halbieren und in feine Streifen schneiden.

Die Zwiebeln in einem Topf mit reichlich Olivenöl 2 Minuten anbraten. Karotten, Mairüben, Spitzkohl und Lauch hinzugeben und mitrösten. Etwa 2 Liter des Suppenansatzes angießen. Das zerteilte Fleisch dazugeben und miteinander kräftig aufkochen lassen.

Die Kräuter abbrausen, trockenwedeln und fein schneiden. Die Kräuter mit der Ascorbinsäure zur Suppe geben, dabei einige Kräuter für die Garnitur beiseitelegen.

Verwenden Sie zur Garnitur von Pürees, Salaten und als Suppeneinlage auch die Stiele der Kräuter. Diese haben nicht nur einen intensiveren Geschmack, sondern sorgen außerdem für einen besonderen Crunch.

Für die Smetana:

Die Avocado halbieren, den Stein herauslösen und das Fruchtfleisch mit einem Löffel herausnehmen. Die Smetana mit einer halben Avocado, Olivenöl und grob geschnittenen Kräutern in einer Moulinette zu einer glatten Creme verarbeiten.

Die Smetana in die Tellermitte einer tiefen Schüssel geben. Den Eintopf aufgießen, mit reichlich Kräutern garnieren und servieren.

Christian Lohse am 28. Juli 2017