

Suppe

# Flädlesuppe

mit frischem Schnittlauch

09 / 2014  
die gute EssIdee

Fotografie: Annika Schmitt

tegut...

# Flädlesuppe

## mit frischem Schnittlauch

• wenn Gäste kommen • als Vorspeise

**Zubereitungszeit** ca. 30 Min.

**Quellzeit** ca. 15 Min.

**Kochzeit** ca. 2 Std.

### Zutaten für ca. 6 Portionen

500 g Beinscheibe vom Rind

1 Nelke

1 kleine Bio-Zwiebel

1 Lorbeerblatt

Salz

1 Bd. Demeter-Suppengrün

100 g Mehl

2 Eier (M)

1/8 l Milch

Muskatnuss

2 El Bratöl

Pfeffer aus der Mühle

1 Bd. Schnittlauch

### Zubereitung

1. Beinscheibe unter kaltem Wasser abspülen. Nelke in die ungeschälte Zwiebel stecken, zusammen mit der Beinscheibe, dem Lorbeerblatt und 1 Tl Salz in einen Kochtopf geben, 1,5 Liter Wasser angießen, alles aufkochen und bei kleiner Hitze ca. 2 Std. mit Deckel köcheln lassen, den aufsteigenden Eiweißschaum dabei mehrmals abschöpfen. Suppengrün waschen, putzen, in Stücke schneiden, nach ca. 1 Std. Garzeit zur Suppe geben.

2. Währenddessen Mehl, Eier, Milch, 1/2 Tl Salz mit einer Prise geriebener Muskatnuss zu einem glatten Teig verrühren, ca. 15 Min. quellen lassen. Vier dünne Pfannkuchen jeweils in 1/2 El Bratöl nacheinander ausbacken, anschließend aufrollen und in feine Streifen (Flädle) schneiden.

3. Suppe durch ein feines Sieb geben, die Fleischbrühe auffangen, mit Salz und Pfeffer würzen. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in Röllchen schneiden. Fleischbrühe jeweils mit einer Portion Flädle und Schnittlauchröllchen in Suppentellern oder -tassen anrichten.



Das frische Bio-Suppengrün bzw. -gemüse kommt aus Demeter-Vertragsanbau und besteht je nach Verfügbarkeit aus Lauch, Möhre, Pastinake, Sellerie, Petersilienwurzel und Petersilie. Diese kräftige Mischung ist z. B. eine wunderbare Basis für Suppen, Saucen und Eintöpfe.

Sie können sich die gute EssIdee auch bequem per E-Mail zusenden lassen.

Jetzt kostenlos anfordern unter [www.tegut.com/newsletter](http://www.tegut.com/newsletter)



tegut...  
**Kundenbetreuung**

**0800/ 000 22 33**

Mo.–Fr. 8.00–18.00 Uhr  
(kostenfrei aus dem dt. Fest- und Mobilfunknetz)

  
**Tipps**

aus der tegut...

**Kochwerkstatt**

## Was tun mit dem Suppenfleisch?

Entweder kleingeschnitten als Suppeneinlage verwenden oder einen **Rindfleischsalat** fürs Abendessen daraus zubereiten: Fleisch in feine Streifen schneiden. 250 g Möhren schälen, längs vierteln, quer würfeln und in 1 El Butter dünsten. 250 g Champignons putzen, klein schneiden, ebenfalls in 1 El Butter anbraten, mit Salz, Pfeffer aus der Mühle, evtl. Knoblauch, würzen. 1 Zwiebel abziehen, fein hacken.

Alles mit einem Dressing aus 150 g saurer Sahne, 50 ml Fleischbrühe, je 2 El Schnittlauch und Petersilie (beides fein gehackt) vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen, ca. 1 Std. im Kühlschrank durchziehen lassen. Mit rustikalem Bauernbrot servieren – lecker!

