

rbb

DER TAG

REZEPT-TIPP



KRAHNER WIRSING-EINTOPF

ORIGINALREZEPT / ORIGINALZUTATEN VON ERIKA ZABEL

- 500 g Rindfleisch (Suppenfleisch)
- 1 l Wasser
- 1 EL Salz
- 2 kg Wirsingkohl
- 2 kg Kartoffeln
- Gehackte Petersilie
- Geriebene Muskatnuss

Das Wasser mit Salz und Rindfleisch (und Suppengrün) zum Kochen bringen. Etwa 1,5h bei mittlerer Hitze kochen, bis das Fleisch zart ist.

(Es können auch Beinscheiben und Fleischknochen mitgekocht werden, damit die Brühe noch kräftiger schmeckt.)

Den grauen Schaum regelmäßig mit einer Schaumkelle abschöpfen, damit die Brühe klar bleibt.

Fleisch, Knochen und Suppengrün aus der fertigen Brühe entfernen. Nach dem Abkühlen das Suppenfleisch in kleine Würfel schneiden.

Den kleingeschnittenen Kohl in gesalzenem Wasser etwa 10 min kochen.

Die Kartoffeln in der Brühe garkochen, 1/3 davon abnehmen, den Rest mit der Brühe stampfen, damit die Suppe sämig wird. Restliche Kartoffelwürfel wieder zur Suppe geben.

Gekochten Wirsing und Suppenfleisch zur Suppe geben und gut würzen, nach Geschmack mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss.

Wer mag, noch Zwiebelwürfel in Butter langsam goldbraun braten und zur Suppe geben.

Mit gehackter Petersilie bestreuen und genießen.

Übrigens!

„Wirsingkohl mit Rindfleisch“
(Originalrezept / Originalzutaten
von Erika Zabel aus Krahe aus
dem Familienkochbuch der 1930er
Jahre – die Zubereitungsschritte
wurden nachträglich etwas
angepasst)

MO-FR 18-19:30 UHR LIVE

DER TAG
IN BERLIN & BRANDENBURG

rbb