

# Suppenküche

## Rindfleischbrühe: Basis für viele Suppen und Saucen

Zutaten:            500g Suppenfleisch vom Rind  
                         3 Liter Wasser  
                         1 Stange Porree/Lauch  
                         1 Möhre  
                         ¼ Sellerieknolle  
                         Petersilie  
                         Salz und Pfeffer

Zubereitung:      Lauch und Petersilie waschen.  
                         Möhre und Sellerie schälen.  
                         Das Gemüse in kleine Stücke schneiden.



Suppenfleisch mit kaltem Wasser abwaschen und mit dem Suppengemüse in einen Topf geben.



Den Topf mit kaltem Wasser auffüllen, leicht salzen und zum Kochen bringen.

Dann zugedeckt auf niedriger Hitze ca. 1½ Stunden köcheln lassen.



Die Rindfleischbrühe ist fertig!  
Das Suppenfleisch wird klein geschnitten und zur Suppe gegeben oder auch separat gegessen.  
Wer möchte kann die Brühe natürlich mit noch etwas Salz, Pfeffer und Muskatnuss nachwürzen.

**Mit der Rindfleischbrühe lassen sich nun prima verschiedene Suppen herstellen!**

Tipp:

*Größere Menge Rindfleischbrühe auf Vorrat kochen und portionsweise einfrieren!*

### Nudelsuppe:



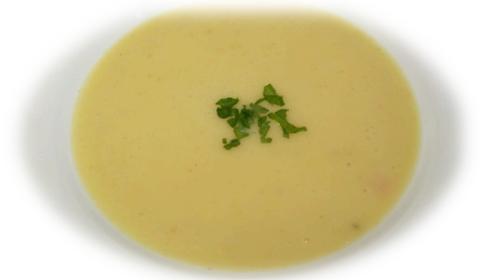
Die Nudelsuppe essen die Kinder sehr gerne.  
Dafür die gewünschten Suppennudeln in die kochende Rindfleischbrühe geben und (nach Zeitangabe auf der Nudelverpackung) garen.

Wer möchte kann noch Markklößchen dazu geben, diese aber nicht kochen, sondern etwa 10 Minuten ziehen lassen!

**Guten Appetit!**



## Suppe mit Wunschgemüse:



Das gewünschte Gemüse waschen und schälen.  
Es eignen sich dafür Kartoffeln, Broccoli, Blumenkohl,  
Möhren, Kürbis...

Wir wählen hier die Kartoffeln und kochen:

### **Kartoffelsuppe!**

Bei 3 Liter Rindfleischbrühe nehmen wir etwa  
10 normal große Kartoffeln.

Nachdem die Kartoffeln gewaschen und geschält  
wurden, schneiden wir diese in kleine Würfel.  
Die Kartoffelwürfel werden nun in die kochende  
Rindfleischbrühe gegeben und bei mittlerer Hitze  
etwa 20 Minuten gekocht.



Mit dem Pürierstab die Suppe pürieren. Wer möchte,  
kann gerne ca. 200 ml Sahne oder Milch dazu geben  
und nach Belieben mit Salz, Pfeffer und Muskat  
nachwürzen. **Guten Appetit!**

(Wurstchen schmecken auch prima dazu.)



Mit der Rindfleischbrühe kann man prima Eintöpfe mit Hülsenfrüchten kochen, wie zum Beispiel Linsen oder Erbsen.

Bei den Hülsenfrüchten bitte Angabe auf der Verpackung beachten und gegebenenfalls die Hülsenfrüchte vorher einweichen.

*Achtung!! Suppe erst würzen, wenn sie fertig ist, sonst werden die Hülsenfrüchte nicht weich.*

## Erbsensuppe:

### Zutaten:

1,5 Liter Rindfleischbrühe  
500g Schälerbsen  
3 Kartoffeln  
2 Möhren  
Salz und Pfeffer



### Zubereitung:

Kartoffeln und Möhren schälen und in kleine Würfel schneiden.  
Schälerbsen sollten über Nacht in Wasser eingeweicht werden. Diese jetzt in die kochende Rindfleischbrühe geben.



Die Suppe etwa 60 Minuten bei mittlerer Hitze kochen und gelegentlich umrühren. Wenn die Erbsen weichgekocht sind, die Möhren und Kartoffeln dazu geben. Suppe nochmal unter Rühren etwa 30 Minuten bei mittlerer Hitze kochen. Mit Salz und Pfeffer würzen, abschmecken!

**Guten Appetit!**

