

Gulaschsuppe, Typisch norddeutsch

Schweine und Rindfleisch

Schweinefilet, Roastbeef

Fleischbrühe

Weißer Zwiebeln, gewürfelt, ca. 1cm

Champions geviertelt

Kartoffeln gewürfelt, ca. 2 bis 3cm

Knoblauch, fein gehackt

Kümmel, Cheyenne, Piment, Paprika Edelsüß, Lorbeer und Pfeffer

Zubereitung:

Das Fleisch möglichst einen Tag vorher mit Salz würzen und im Kühlschrank über Nacht ziehen lassen. Die Fleischbrühe auch vorbereiten. Fertige Brühe hat meist der Schlachter ansonsten aus Knochen oder Fleisch selbst eine herstellen.

Am Tag der Zubereitung der Suppe: Die Zwiebeln klein schneiden, Würfel, wie oben beschrieben. Ebenso die Kartoffeln in Würfel schneiden. Frische, weiße Champions vierteln, erst unmittelbar vor Verwendung in Wasser mit etwas Zitronensaft waschen! Knoblauch fein hacken.

Das Öl in einem geeigneten Bratentopf heiß werden lassen und das Fleisch anbraten (das Fleisch ordentlich anbraten, dass viel Bratensatz entsteht, damit die Suppe später die gewünschte Farbe bekommt!). Zwischendurch den Bratenansatz immer wieder mit Fleischbrühe ablöschen und wieder reduzieren lassen (min. 5 mal). Zwischen dem 2. und 3. mal die Zwiebeln hinzugeben und mit anbraten (diese sind später nicht mehr zu erkennen). Das Anbraten-ablöschen-reduzieren muss mindestens 5-10 mal wiederholt werden. Wie oft, dass hängt natürlich vom Bratentopf ab, Alu- oder Gusseisentöpfe leiten die Hitze ja unterschiedlich, Gasflamme oder Ceranfeld heizen ja auch unterschiedlich, z.B.. Zudem muss auch darauf geachtet werden wann genau abgelöscht wird. Brät man zu lange, wird der Bratensatz zu dunkel (evtl. schwarz) und die Sauce wird dann bitter. Zu kurz, dann bleibt die Sauce zu hell und fade. (Tipp: Hat man das noch nie gemacht, einfach in einem Bratentopf nur die Zwiebeln braten und ein bisschen damit üben – wenn es nichts wird ist es um die Zwiebeln ja nicht so schade. Und wird es was, kann man die Zwiebelsauce ja anders weiterverwenden). Durch diese Prozedur wird die Sauce immer dunkler und natürlich auch kräftiger und entscheidet letztendlich -neben dem Fleisch und der Brühe- über den Geschmack. Beim letzten Anbraten die Gewürze, Pilze und Kartoffeln hinzugeben. Mit etwas Brühe ablöschen damit sich der Bratensatz lösen kann, anschließend dann die Fleischbrühe hinzugeben Die Lorbeerblätter auch dazu geben. Nun so lange köcheln lassen, bis die Kartoffeln gar sind (ca. 15 min). Zwischendurch einfach testen (auf Salz achten!). Die Sauce mit Speisestärke wie gewünscht abbinden, ein Spritzer Zitronensaft dazu und evtl. mit Salz und Pfeffer nachwürzen.

Guten Appetit!



Deichstraße 8
26506 Norden-Norddeich
www.seestern-norddeich.de
info@seestern-norddeich.de

