



Rindsuppe mit gekochtem Rindfleisch

Rezept für 6 Portionen

- 1,2 kg Rindfleisch für Suppe
(z.B.: Kavalierspitz, Rieddeckel, Beinflfleisch, ...)
- 1 kg Fleisch- / Markknochen vom Rind
- 1 Bund Suppengemüse inkl. Suppengrün
(Karotte, Lauch, Petersilienwurzel, Sellerie, ...)
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 kl. Lorbeerblatt
- 1 TL Salz
- 1 schwacher TL schwarze Pfefferkörner
- etwas Salz und Muskat zum Abschmecken
- Schnittlauch zum Garnieren



Bei Markknochen zuerst das Mark herausnehmen und wenn gewünscht am Schluss in die fertige Suppe einlegen. Die Knochen in kochendes Wasser geben und 1x aufkochen lassen. Danach das Wasser weggießen, die Knochen abspülen und mit 3 Liter kaltem Wasser zustellen. Sobald das Wasser kocht, das Fleisch einlegen. Nochmals aufkochen lassen und den sich bildenden Schaum abschöpfen. Salz, Pfeffer und Lorbeerblatt begeben und das Ganze bei schwacher Hitze 2 Stunden köcheln lassen. In der Zwischenzeit die ungeschälte Zwiebel und den Knoblauch halbieren, das Suppengrün schneiden und das Suppengemüse waschen, ggf. schälen und grob zerteilen. Nach Ablauf der 2 Stunden Kochzeit die halbierten Zwiebeln in der Pfanne ohne Öl gut bräunen und zusammen mit dem Knoblauch, dem Suppengemüse und dem Suppengrün zur Suppe geben. Weitere 20 Minuten das Ganze langsam kochen lassen und anschließend das Fleisch eine Stunde in der nicht mehr kochenden Suppe ziehen lassen.

Die Suppe abseihen, das Fett abschöpfen und mit Salz und Muskat abschmecken. Das Suppengemüse in schöne Stücke und das Fleisch in fingerdicke Scheiben schneiden, mit Rindsuppe übergießen, mit Schnittlauch bestreuen und servieren. Alternativ kann das gekochte Rindfleisch für einen Rindfleisch-Salat verwendet werden.

Guten Appetit wünscht Biohof Eiböck!