

Kochen

Gerstensuppe Hausfrauenart



ZUTATEN



Für 4 Personen

1 **Stange** Lauch **mittelgross**

1 **Rüebli** **gross**

1 **Zwiebel** **mittelgross**

4 **Scheiben** Bratspeck **mager**

1 **Esslöffel** Bratbutter

150 **g** Gerste

8 **dl** Gemüsebouillon

1 **Kalbsfüsschen** **nach Belieben**
zum **Fertigstellen**

8 **dl** Bouillon

1 **dl** Rahm

1 **Bund** Schnittlauch

Salz, Pfeffer **Muskatnuss**

NÄHRWERT

Pro Portion

30 g Kohlenhydrate

8 g Eiweiss

19 g Fett

330 g kKalorien

ZUBEREITUNG

- 1** Lauch und Rüebli rüsten und in dünne Scheibchen schneiden. Die Zwiebel schälen und fein hacken. Den Speck in Streifchen schneiden.
- 2** Im Dampfkochtopf die Bratbutter erhitzen. Den Speck beifügen und anrösten. Lauch, Rüebli und Zwiebel dazugeben und mitdünsten. Dann Gerste, Bouillon sowie nach Belieben das Kalbsfüsschen beifügen. Den Topf verschliessen und die Suppe unter Druck (1. Ring) 15 Minuten kochen lassen.
- 3** Zum Fertigstellen den Topf vom Feuer ziehen und das Dampfventil vollständig absinken lassen. Erst jetzt den Topf öffnen. Das Kalbsfüsschen entfernen. Die Suppe mit der Bouillon verdünnen und nochmals aufkochen. Dann den Rahm beifügen, den Schnittlauch mit einer Schere dazuschneiden und die Suppe mit Salz, Pfeffer sowie 1 Hauch Muskatnuss abschmecken.