

Hier und heute



Gulaschsuppe mit geröstetem Bauernbrot

Olaf Baumeisters köstlicher Suppenklassiker ist eine Wohltat im Winter. Seine Gulaschsuppe mit viel frischem Gemüse wärmt von innen.

Das Rezept

von Olaf Baumeister für vier kleine Portionen

Zutaten für die Gulaschsuppe

- 600 g durchwachsenes Rindfleisch, z. B. Schulter oder Tafelspitz
- 200 ml Rotwein, trocken
- 300 g festkochende Kartoffeln
- 300 g Zwiebeln
- 150 g Karotten
- 150 g Sellerieknollen
- 150 g Lauch
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lorbeerblatt
- 1 EL Tomatenmark
- 3 l Rinder- oder Gemüsebrühe
- 1 Msp. fein gehackte Chilischote
- 1 TL Paprikapulver
- Salz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 1 EL Stärke
- 1 EL fein gehackte Petersilie
- 1 EL fein geschnittener Schnittlauch
- Abrieb einer halben unbehandelten Zitrone

Zubereitung

Das Fleisch von Haut und Sehnen befreien und grob würfeln.

Zwiebeln, Sellerie und Möhre schälen und in einen Zentimeter große Würfel schneiden. Den Lauch halbieren, waschen und ebenfalls fein würfeln. Knoblauch fein würfeln und mit etwas Salz zu einem Mus zerquetschen. Die Kartoffeln schälen, grob in zwei Zentimeter-Würfel schneiden und in einem extra Topf bissfest kochen. Dann beiseitestellen.

Das Fleisch in einem schweren Topf mit etwas Pflanzenöl kräftig anbraten. Zwiebeln dazugeben und ebenfalls kräftig anbraten. Sellerie, Karottenwürfel, Knoblauch, Chili, Paprikapulver beifügen und kurz mitbraten. Das Tomatenmark, Lorbeerblatt und Zitronenschale beifügen und unter ständigem Rühren kräftig anrösten. Alles mit etwas Rotwein ablöschen. Den Wein komplett verkochen lassen. Alles noch einmal rösten und wieder mit Rotwein ablöschen. Den Vorgang noch mal wiederholen, dann alles mit Brühe auffüllen. Die Gulaschsuppe einmal aufkochen und bei kleiner Temperatur 20 Minuten köcheln lassen.

Die Suppe noch einmal aufkochen und weitere 40 Minuten köcheln lassen, bis das Fleisch schön zart ist. Mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken. Mit der Stärke leicht binden und kurz vor dem Servieren die frischen Kräuter hinzufügen.

Die gekochten Kartoffel sowie die Lauchscheiben kurz vor dem Servieren hinzufügen.

Zutaten für den Saure Sahne-Dip

Hier und heute



- 5 EL saure Sahne
- Abrieb einer halben Zitrone
- Salz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 1 Prise Zucker

Zubereitung

Alle Zutaten mischen und glattrühren. Kurz vor dem Servieren einen Klecks auf die Suppe geben.

Zutaten für das geröstete Bauernbrot

- 2 dicke Scheiben Bauernbrot
- 2 EL Pflanzenöl zum Braten
- Salz und schwarzer Pfeffer
- 1 EL Butter

Zubereitung

Das Brot in vier längliche Stücke schneiden und mit dem Pflanzenöl in einer schweren Pfanne von allen Seiten goldbraun rösten. Die Butter dazugeben und alles mit Salz und Pfeffer würzen. Kurz weiter garen, bis das Brot die Butter aufgesogen hat.