

KW 12 / 2023

Käse-Lauch-Suppe mit Rinderhackfleisch

Zutaten: (Für ca. 2 Portionen)

320 g Rinderhackfleisch
3 EL Bratöl
3 Stangen Lauch
0,70 ml heißes Wasser
4 EL Gemüsebrühe
150 g Crème fraîche
175 g Schmelzkäse
1 Prise Muskatnuss
1 Prise Salz
¼ Teelöffel gemahlener schwarzer Pfeffer



Zubereitung:

Lauch putzen, waschen und in dünne Ringe schneiden. 2 EL des geschnittenen Grüns für die Garnitur beiseitelegen. Hackfleisch in einem großen Topf in Öl bei starker Hitze 5–6 min anbraten. Lauchringe zum Fleisch geben und für 5 min mitbraten. Mit Wasser ablöschen, Gemüsebrühpulver unterrühren und aufkochen lassen. Hitze reduzieren und Suppe 10 min offen köcheln lassen. Dann Crème fraîche und Schmelzkäse unterrühren und erneut aufkochen. Herd ausschalten, etwas Muskat über die Suppe reiben, salzen und pfeffern. Mit Lauchringen garnieren und servieren.

Zitronen-Lauch-Suppe

Zutaten: (Für ca. 4 Portionen)

500 g Lauch, 1 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 2 Stängel Majoran, 2 EL Olivenöl, 50 ml trockener Weißwein, 700 ml Gemüsebrühe, 2 Schmand, Salz, Pfeffer, Muskatnuss, abgeriebene Schale von ½ Bio-Zitrone, Saft einer ½ Bio-Zitrone

Zubereitung:

Den Lauch putzen, längs aufschneiden, gründlich waschen und in feine Ringe schneiden. Einige Ringe für die Garnitur beiseitelegen. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen, die Zwiebel klein würfeln. Den Majoran kalt abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken. Öl in einem Topf erhitzen und Zwiebel und Lauch darin anbraten. Knoblauch dazu pressen, Majoran zugeben und den Topfinhalt unter Rühren bei schwacher Hitze 3 Min. dünsten. Wein und Brühe angießen, aufkochen und die Suppe zugedeckt bei schwacher Hitze 20 Min. köcheln lassen.

Wir wünschen einen guten Appetit!
Ihr Gärtnerhof Callenberg und Grüne Welt Team

Gärtnerhof Callenberg, Altenhofer Weg 4, 96450 Coburg
Inh.: Dietrich und Friederike Pax

Tel.: 09561/62623, Fax: 09561/235777, Mail: bestellung@gaertnerhof-callenberg.de
www.gaertnerhof-callenberg.de

Bankverbindung: GLS Bochum IBAN DE45 430609676007291100 BIC GENODEM1GLS