


Indianische "Indianerehrenwort Suppe" à la Jeanette Biedermann

 happy-mahlzeit.com/tv-rezepte-archiv/lafer-lichter-lecker/lafers-indianische-indianerehrenwort-suppe-à-la-jeanette-biedermann/

Zutaten für 4 Personen:

- 200 g Wildreis
- 15 g getrocknete Waldpilzmischung
- 250 g Süßkartoffel
- 250 g Hokkaido-Kürbis
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 20g Ingwer
- 2 weiße Rüben
- 1 Bund Suppengrün
- 2 EL Butterschmalz zum Braten
- 250 g Rinderhackfleisch
- 250 g Lammhackfleisch
- 250 g gehackte/geschälte Tomaten (Dose)
- 800 ml Rinderbrühe
- 250 g Maronen/Esskastanie (vakuumgegart)
- je 50 g Kidney Bohnen, Lima Bohnen, Weiße Bohnen, Chili Bohnen, schwarze Bohnen (aus der Dose), mit Flüssigkeit
- 50 g Mais (Dose)
- Salz
- Pfeffer
- Chili aus der Mühle
- 1-2 TL Paprikapulver edelsüß
- 1 TL gemahlener Kümmel
- 1 TL Zimt
- 1 TL Cumin
- 2 EL Kürbiskerne
- 2 EL Pinienkerne

Zum Garnieren:

glatte Petersilie

Zubereitung:

Den Wildreis mit 1 TL Salz und 500ml Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Hitze reduzieren und nach Packungsangabe fertig kochen.

Die getrocknete Pilzmischung 20 Minuten in kaltem Wasser einweichen.

Süßkartoffeln, Kürbis und weiße Rüben waschen, schälen und würfeln. Suppengrün waschen, schälen und ebenfalls würfeln. Zwiebeln, Ingwer und Knoblauch schälen und in Würfel schneiden.

Das Hackfleisch im heißen Butterschmalz scharf anbraten. Zwiebeln, Ingwer und Knoblauch mit anbraten. Die geschälten Tomaten zugeben und mit schmoren. Kürbis, Süßkartoffeln, weiße Rüben, Suppengrün und abgetropfte Pilze zugeben. Rinderbrühe angießen. Alles 15-20 Minuten köcheln lassen.

Esskastanien in einer Pfanne anrösten und zur Suppe geben. Die Bohnen mit der Flüssigkeit und den abgespülten, abgetropften Mais zugeben, weitere 10 Minuten köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer, Zimt, Cumin, Chili und Paprikapulver würzen.

Pinienkerne und Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett rösten.

Zum Anrichten den Reis nach Belieben in tiefen Tellern verteilen, die Indianerehrenwort-Suppe darüber schöpfen. Mit gerösteten Pinien- und Kürbiskernen bestreuen und gehackter Petersilie finalisieren.

Rezept: Johann Lafer

Quelle: Lafer! Lichter! Lecker! 6.6.2015

Prominenter Gast: Jeanette Biedermann

Kalbs-Rahmgeschnetzeltes auf Kartoffel-Spargel-Rösti und Gurken-Salat von Johann Lafer