

Harald Schmidt: Spanischer Fleischtopf

 happy-mahlzeit.com/koch-shows/alfredissimo/harald-schmidt-spanischer-fleischtopf

Zutaten:

- 200g getrocknete Kichererbsen
- 400g mageres Rindfleisch
- 200g rohes Kassler
- 200g Hartwurst (z.B. Cabanossi)
- 150g grüne Bohnen
- 200g Möhren
- 200g Kartoffeln
- 3 Knoblauchzehen
- 3 Zwiebeln
- 1 geschälte Tomate
- 1 rote Paprikaschote
- 1 frische, grüne Chilischote
- 2 TL Kümmel
- 2g Safran
- 1 TL gekörnte Brühe
- 1 EL Olivenöl
- Petersilie

Zubereitung:

Die Kichererbsen über Nacht in kaltem Wasser einweichen.

Die Zwiebeln pellen und grob hacken. Den Knoblauch pellen und fein hacken. Paprika, Chili und Tomaten putzen und in kleine Würfel schneiden. Bohnen, Kartoffeln, Möhren und Petersilie waschen. Die Kartoffeln würfeln, Möhren in Scheiben schneiden und die Petersilie fein hacken.

Das Rindfleisch mit kaltem Wasser aufsetzen und bei kleiner Flamme langsam zum Kochen bringen, abschäumen. Kümmel und Safran dazugeben.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebel, Knoblauch, Tomate, Chili und Paprika einige Minuten darin dünsten. Das angedünstete Gemüse in die Brühe zum Fleisch geben und alles ca. 1 Stunde köcheln lassen. Kassler, Bohnen, Kartoffeln, Möhren und die Kichererbsen in die Suppe legen und weitere 25 – 30 Minuten köcheln. (Man kann aber auch Gemüse und Kassler alles gleichzeitig in der Fleisch-Brühe garen.)

Zum Schluß die Hartwurst einige Minuten in der Suppe ziehen lassen und mit der gehackten Petersilie bestreuen.

Rezept: Harald Schmidt

Quelle: alfredissimo! 19. Dezember 1997

Rezept von Alfred Biolek: Oktopus mit Wein geschmort