

Gerstensuppe

Rezept von Sybille Krick, Bio-Bäuerin aus Kirtorf im Vogelsberg

(Rezept für ca 6 Personen/ Dauer ca. 2 Stunden)

Zutaten:

1 – 1 ½ kg Schweineknochen
2-3 Rinderbeinscheiben
250g Dörrfleisch
250 g Karotten
250g Sellerie
250g Kartoffeln
200 gr. Graupen

Zubereitung:

Schweineknochen, Rinderbeinscheiben und Dörrfleisch mit kaltem Wasser, Suppengrün und Salz in einem großen Topf aufsetzen und ca. 2 Stunden bei kleiner Hitze kochen.

Karotten, Sellerie und Kartoffeln fein Würfeln und in einem zweiten großen Topf bissfest kochen, zum Schluss noch eine kleine oder ½ große Stange Lauch kleinschneiden und mitkochen, nach Belieben noch kleingeschnittene grüne Bohnen begeben.

200 gr. Graupen in einem Topf ca. 30 Minuten kochen.

Das Fleisch aus der Brühe nehmen und die Brühe durch ein Sieb zu dem Gemüse gießen. Die gegarten Graupen und das in Stücke geschnittene Fleisch dazugeben und mit Petersilie bestreuen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.