Gemüse-Eintopf mit Suppenfleisch

Sehr leckerer Eintopf mit Gemüse und Fleisch

Eigentlich sollte es ja ein Grüne-Bohnen-Kartoffel-Eintopf mit Suppenfleisch werden. Ich hatte noch grüne Bohnen im Kühlschrank, die unbedingt verwertet werden mussten. Deswegen plante ich diesen Eintopf. Aber heute schaute ich in den Kühlschrank und war doch etwas zu spät dran. Die grünen Bohnen waren verdorben. Also plante ich schnell um und verwendete anderes Gemüse für den Eintopf.

Ich habe Kartoffeln, Wurzeln und Paprika verwendet. Das Suppenfleisch habe ich in Gemüsefond zunächst 1 Stunde gekocht, um der Brühe noch mehr Geschmack zu geben. Danach wird es herausgehoben und mit Gabel und Messer klein zerrupft, damit – wie gestern bei der Schweinerilette – die Fleischfasern erhalten bleiben. Und dann wieder in den Eintopf gegeben. Ich habe auch gleich noch einige Fleischknochen in der Brühe mitgegart, die der Brühe auch noch Würze und

Geschmack geben. Kartoffeln und Gemüse habe ich erst 15 Minuten vor Ende der Garzeit zerkleinert hinzugegeben, damit sie noch knackig bleiben. Sie sollen zwar gegart sein, aber nicht über die ganze Garzeit hin zu weich gekocht werden. Der Eintopf hat nach dem Garen einen sehr kräftigen und würzigen Geschmack, er muss nicht nachgewürzt werden.

Zum Schluss kommt noch frische, kleingeschnittene Petersilie in den Eintopf.

Zutaten für 3 Personen:

- 500 g Rindersuppenfleisch
- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 4 Lauchzwiebeln
- 2 große Kartoffeln
- 1 Wurzel
- ½ rote Paprika
- ein Stück Ingwer
- 2 l Fleischfond
- 3 frische Lorbeerblätter
- ½ Bund Petersilie
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 1 Std.

Zwiebel, Knoblauchzehen und Ingwer schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebeln putzen und in grobe Stücke schneiden. Butter in einem großen Topf erhitzen und Zwiebel, Knoblauch und Lauchzwiebeln darin andünsten. Fond hinzugeben, dann das Fleisch. Wenn man noch einige Fleischknochen vorrätig hat, kann man diese auch dazugeben. Dann Ingwer und Lorbeerblätter hinzugeben. Zugedeckt bei geringer Temperatur 1 Stunde köcheln lassen.

Währenddessen Kartoffeln und Wurzel schälen. Kartoffeln in grobe Stücke schneiden. Wurzel längs halbieren, dann quer in halbe Scheiben schneiden. Paprika putzen und auch in grobe

Stücke schneiden. 15 Minuten vor Ende der Garzeit in den Eintopf geben. Petersilie kleinwiegen. Fleischknochen und Lorbeerblätter herausnehmen und wegwerfen. Suppenfleisch herausnehmen, auf ein Arbeitsbrett geben und mit Gabel und Messer in kleine Stücke zerrupfen. Dann das Fleisch wieder in den Eintopf geben. Petersilie hinzugeben und vermischen. Eventuell mit Salz und Pfeffer abschmecken, aber die Brühe muss eigentlich nicht nachgewürzt werden.

Im tiefen Suppenteller serviert

Eintopf in tiefe Suppenteller geben und servieren.