

# Rindergulasch in dunkler Thymian-Sauce auf Basmatireis



Leckeres, würziges Gulasch ...

Greifen Sie bei einem Gulasch mit Rindfleisch nicht gleich zu teurem Rindergulaschfleisch, das Ihnen der Verkäufer an der Frischfleischtheke im Supermarkt anbieten will. Oder das Sie sonst auch beim Discounter beziehen können.

Es geht auch preiswerter. Greifen Sie einmal zu Rindersuppenfleisch. Das ist günstiger und, da ebenfalls Schmorfleisch, gut geeignet für ein Rindergulasch, das einige Stunden schmort. Und da das Suppenfleisch deutlich mehr Fettanteile als Rindergulaschfleisch besitzt und Fett ein Geschmacksträger ist, wird das Gulasch auch saftiger und aromatischer.

**Zutaten für 2 Personen:**

- 250 g Rindersuppenfleisch
- 2 Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 500 ml Bratenfond
- 1 Thymiansträußchen (15 g)
- Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- 1 TL Tomatenmark
- 1 TL Senf
- 1 Tasse Basmatireis
- Olivenöl
- Petersilie

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Schmorzeit 2 Stdn.*



... mit Rindersuppenfleisch

**Zubereitung:**

Suppenfleisch in mundgerechte Stücke zerteilen und in eine Schale geben.

Zwiebeln und Knoblauch putzen, schälen, kleinschneiden und in eine Schale geben.

Thymiansträußchen mit Küchengarn zusammenbinden.

Öl in einem kleinen Topf erhitzen und Suppenfleisch darin kross anbraten. Herausnehmen und in eine Schale geben. Zwiebeln und Knoblauch in den Topf geben und glasig dünsten. Tomatenmark dazugeben und mit anbraten. Fleisch wieder dazugeben. Mit dem Fond aufgießen. Senf hinzugeben. Mit Paprika, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Thymiansträußchen in den Fond legen, damit es mitschmoren kann. Alles zugedeckt bei geringer Temperatur 2 Stunden schmoren.

Kurz vor Ende der Garzeit Basmatireis in einem Topf mit der doppelten Tassenmenge an kochendem, leicht gesalzenem Wasser 11 Minuten garen.

Petersilie kleinschneiden.

Thymiansträußchen aus der Soße nehmen. Soße abschmecken.

Basmatireis auf zwei tiefe Teller geben. Gulasch großzügig mit Fleisch und viel Soße darüber geben. Mit etwas Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Fleischsuppe



Mit Fleischfond

Das ist doch mal eine richtig gute Fleischsuppe. Mit sehr viel Fleisch. Suppenfleisch. Lange in Fleischfond geschmort. Dann herausgenommen und vom Knochen befreit. Dann, nach einigem Abkühlen, kleingeschnitten und wieder in die Suppe zurückgegeben.

Gewürzt wird die Suppe nur mit Paprika, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker. Sie müssen sie natürlich vor dem Servieren noch abschmecken.

Die Zubereitung muss ich nicht mehr bis ins Detail nennen, ich habe sie in dieser kurzen Einleitung beschrieben.



Mit viel Suppenfleisch

*Für 2 Personen:*

- 1 l Fleischfond
- 800 g Suppenfleisch (mit Knochen, eine Packung)
- Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer
- Zucker

*Zubereitungszeit: 2 Stdn.*

---

# Pferdegulasch in Senfsauce

# mit frischer Tagliatelle



Ein sehr sämiges Gulasch mit viel Sauce

Sind Sie an einem leckeren Gulasch interessiert? Dann habe ich genau das richtige Rezept für Sie. Es war nämlich von der vor kurzem zubereiteten Pferdefleischsuppe noch Suppenfleisch übrig. Und das bietet sich doch genau für ein Gulasch an.

Zu dem Suppenfleisch gesellt sich dann eine große Menge an Schalotten. Bei dieser langen Schmorzeit ist nicht nur das Fleisch wunderbar zart. Sondern die Schalotten gehen auch dazu über, in der Sauce zu schmelzen, binden somit diese und machen sie noch sämiger.

Die eigentlich Sauce bilde ich mit scharfem Senf. Und ein wenig trockenem Weißwein. Denn Säure tut der Sauce auch sehr gut und passt zu ihr. Dann die üblichen Gewürze wie Salz, schwarzer Pfeffer und eine Prise Zucker.

Als Beilage habe ich frische Tagliatelle zur Verfügung. Sie

werden jetzt sagen, sicherlich selbstgemacht mit der Nudelmaschine? Leider nicht, eine solche steht mir zur Zeit noch nicht zur Verfügung, aber ich arbeite daran. Ich habe frische Tagliatelle als Industrieprodukt in der Packung gekauft. Aber es ist ein gutes Produkt, schmeckt sehr gut und ist in 2 Minuten Garzeit zubereitet.

Also, lassen Sie sich von diesem leckeren Gulasch mit viel Senf und wunderbarer Pasta überraschen und kochen Sie es gleich nach. Mein Versprechen: Es wird Ihnen schmecken!

*Für 2 Personen:*

- 500 g Pferdesuppenfleisch Blechstück
- 10 Schalotten
- 2 Lauchzwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 4 EL scharfer Senf
- 300 ml Riesling
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- 400 g frische Tagliatelle
- etwas frischer Schnittlauch

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Schmorzeit 4 Std.*



Mit viel geschmolzenen Schalotten  
Fleisch portionieren und in eine Schale geben.

Schalotten putzen, schälen und quer in Ringe schneiden.  
Lauchzwiebeln putzen und ebenfalls quer in Ringe schneiden.  
Knoblauchzehen schälen, mit einem breiten Messer platt drücken  
und kleinschneiden. Das Gemüse in eine Schale geben.

Öl in einem Topf erhitzen. Fleisch und Gemüse darin kross  
anbraten. Mit dem Riesling ablöschen. Senf dazugeben. Mit  
Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker kräftig würzen. Verrühren  
und zugedeckt bei geringer Temperatur 4 Stunden schmoren.

Kurz vor Ende der Garzeit Tagliatelle in kochendem, leicht  
gesalzenem Wasser 2 Minuten garen.

Sauce des Gulasch abschmecken.

Schnittlauch kleinschneiden.

Tagliatelle auf zwei tiefe Pastateller geben.

Gulasch mit viel Sauce darüber verteilen.

Mit etwas Schnittlauch garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

## Pferdefleischsuppe



Sehr leckere Fleischsuppe

Sind Sie Pferdeliebhaber:in oder Reiter:in? Dann sollten Sie schnell zu einem anderen Rezept wechseln. Oder Sind Sie offen für neue Einflüsse? Oder sogar ein:e Liebhaber:in von Pferdefleisch? Dann geht es Ihnen so wie mir, der Pferdefleisch liebt und damit gern schmackhafte Gerichte zubereitet. Nicht ohne Grund habe ich gerade im letzten Dezember ein neues Kochbuch mit 43 Pferdefleischrezepten veröffentlicht. Schauen Sie im Blog einmal danach.

Für diese Suppe wird Pferdesuppenfleisch benötigt. Es darf gern einige Fetteinlagerungen haben, nur sollte natürlich kein Knorpel oder möglichst auch keine Knochen vorhanden sein. Das Fleisch lässt sich dann besser zuschneiden und essen.

Hier eignet sich das Blechstück als Suppenfleisch. Das Blechstück liegt über der Brust und grenzt an die Hochrippe. Das Fleischstück ist stark mit Fett durchwachsen und reines Kochfleisch. Ich liefere Ihnen hier auch gleich einmal ein Foto des Blechstück, das ich direkt vom Onlineshop meines bevorzugten Rossschlachters entnehme – und natürlich mit einem Urhebervermerk markiere –, damit Sie eine Vorstellung von dem Suppenfleisch bekommen. Es ist wirklich bestes Kochfleisch für Suppen.



Herrliches Suppenfleisch

©

<https://www.pferdemetzgerei-stamm.de>

Hinzu kommt natürlich noch, dass für diese Suppe keine industriell hergestellte Brühe als Pulver oder Würfel verwendet wird, das verbietet sich bei solch hochwertigem Fleisch von vornherein. Ich verwende frisch zubereitete Brühe,

die ich einige Tage zuvor aus Gemüseabfällen im Bräter zubereitet und portionsweise eingefroren habe. Und zwar für genau solche Weiterverarbeitungen als Suppe.

Da ich gerne Knoblauch esse, kommt eine gehörige Portion davon hinein. Dann noch ein paar Kartoffelchen und frischer Lauch.

Die Suppe köchelt bei geringer Temperatur zugedeckt zwei Stunden auf dem Herd. Wird mit Salz, schwarzem Pfeffer und einer Prise Zucker gewürzt und abgeschmeckt.

Und man hat als Ergebnis eine hervorragende, sehr schmackhafte Suppe, die wirklich ihresgleichen sucht. Mein Magen hat sich danach vor dem Fernseher bei mir bedankt, kein Anzeichen einer schweren Verdaubarkeit gezeigt und es hat mir wirklich sehr gut geschmeckt. Also, sofern Sie einen Rossschlachter in der Nähe haben – oder auf einen Onlineshop zurückgreifen wollen –, kochen Sie das Gericht gern nach, Sie werden verwundert sein über dessen Schmackhaftigkeit.

*Für 2 Personen:*

- 500 g Pferdesuppenfleisch Blechstück
- 4 Kartoffeln
- 6 Knoblauchzehen
- 1/2 Stange Lauch
- 800 g [Gemüsebrühe](#)
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- eine Portion frischer Schnittlauch

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 2 Stdn.*



Mit ein paar Kartoffelchen  
Suppenfleisch für die Suppe portionieren und in eine Schale  
geben.

Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Ebenfalls  
in eine Schale geben.

Vom Lauch sowohl ein Stück des dunklen als auch des hellen  
Teils nehmen und quer in Ringe schneiden. Zu den Kartoffeln  
geben.

Knoblauch schälen, mit einem breiten Messer plattdrücken und  
zerkleinern. Zum Gemüse geben.

Öl in einem großen Topf erhitzen. Suppenfleisch darin kross  
anbraten. Es sollen sich Röstspuren auf dem Topfboden bilden.

Suppenfleisch durch ein Küchensieb gießen und somit das Öl  
entfernen.

Fleisch wieder in den Topf zurückgeben. Gemüse dazugeben und  
kurz anbraten. Mit der Brühe ablöschen. Mit Salz, Pfeffer und

einer Prise Zucker würzen. Alles verrühren. Zugedeckt bei geringer Temperatur zwei Stunden köcheln lassen.

Brühe abschmecken.

Schnittlauch kleinschneiden.

Suppe auf zwei tiefe Suppenteller verteilen. Mit dem Schnittlauch garnieren. Servieren. Guten Appetit!

---

## **Rinder-Gulasch mit schmalen Bandnudeln**



## Mit Rinder-Suppenfleisch

Ein Rezept für ein Gericht, das als Motto meinem Foodblog bzw. dessen Namen unterliegt. Genaueres über den Hintergrund des Namens meines Foodblogs können Sie übrigens auf der Seite „Über dieses Blog ...“ nachlesen.

Und zwar Nudeln, Fleisch und Sauce. So esse ich zwar am liebsten einen leckereren, weich geschmorten Braten mit dunkler Bratensauce und Nudeln dazu. Aber solch ein leckeres Gulasch aus Rinder-Suppenfleisch – also Fleisch zum langen Schmoren – mit einer leckeren Pasta ist auch nicht zu verachten.

Ich schmore das Suppenfleisch einfach drei Stunden in selbst zubereitetem Gemüsefond. Und würze die Sauce, die sich durch das Schmoren in eine dunkle Bratensauce wandelt, nur mit Salz und Pfeffer. Danach nur noch abschmecken.

Und als Beilage gibt es schmale Bandnudeln. Italienische Bandnudeln wie Pappardelle o.ä. hatte ich keine vorrätig. Stattdessen habe ich deutsche Bandnudeln verwendet, die leider mit Eiern hergestellt sind. Aber auch das tut dem Geschmack und dem leckeren Gericht keinen Abbruch.

Lassen Sie es sich schmecken!

*Für 2 Personen:*

- 500 g Rinder-Suppenfleisch (1 Packung)
- 400 ml Gemüsefond
- Salz
- Pfeffer
- 350 g schmale Bandnudeln

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 3 Stdn.*



## Leckeres Gulasch

Suppenfleisch grob zerkleinern.

Fond in einem Topf auf dem Herd erhitzen und Suppenfleisch hineingeben.

Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen.

Zugedeckt drei Stunden bei geringer Temperatur schmoren.

20 Minuten vor Ende der Garzeit Pasta in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 12 Minuten garen.

Sauce abschmecken.

Pasta auf zwei tiefe Schalen verteilen.

Gulasch darüber geben.

Dann die köstliche Sauce darüber verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

---

## Rindfleisch-Suppe



Mit Petersilie garniert

Bereiten Sie unbedingt diese wirklich außergewöhnlich leckere Suppe zu!

Sie benötigen dafür eine selbst frisch zubereitete Fleisch- oder Gemüsebrühe. Dieser kann natürlich auch schon vor einiger Zeit zubereitet und portionsweise für solche Zubereitungen wie diese eingefroren sein.

Dann benötigen Sie Rinder-Suppenfleisch.

Und zum Garnieren noch ein klein wenig frische Petersilie.

Die Suppe ist wirklich sehr lecker!

*Für 2 Personen:*

- 500 g Rinder-Suppenfleisch
- 800 ml Gemüsebrühe
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Petersilie

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 2 Stdn.*

Suppenfleisch grob zerkleinern.

Brühe in einem Topf erhitzen.

Suppenfleisch dazugeben.

Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen.

Zugedeckt bei geringer Temperatur 2 Stunden köcheln lassen.

Suppe abschmecken.

Petersilie kleinwiegen.

Suppe mit Fleisch auf zwei tiefe Suppenteller verteilen.

Mit Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Gulasch zweierlei Art in

# Malzbier-Sauce Langkornreis

mit



Aus zweierlei Fleischsorten

Biergulasch ist ja weithin bekannt. Man schmort dazu geeignetes Gulaschfleisch in Bier. Meistens verwendet man dazu ein helles Pilsner. Kann aber auch zu einem Weißbier greifen. Oder sogar ein dunkles Bier verwenden, das dem Gulasch und der Sauce sogar noch eine dunkle Farbe verleiht.

Weniger bekannt dürfte jedoch sein, ein Malzbier für ein Biergulasch zu verwenden. Denn es hat ja nur sehr wenig Alkohol. Und da es aus Malz gebraut ist, bringt es eine leichte Süße an die Sauce.

Aber ich war selbst sehr verwundert über die Einfachheit der Zubereitung.

Ich habe das Fleisch nebst Zwiebel und Knoblauch in Öl angebraten und mit einer Flasche Malzbier abgelöscht. Dann einfach noch mit Salz und Pfeffer gewürzt. Und zwei Stunden

schmoren lassen. Das Ergebnis ist eine sehr leckere und wohlschmeckende Sauce, die fast gar nicht nachgewürzt werden muss.

Und durch die lange Schmorzeit ist das Gulasch herrlich weich geschmort.

Das Besondere an dem Gulasch ist dann auch noch, dass ich zwei Sorten Fleisch verwende. Einmal Suppenfleisch vom Rind, das sehr weich wird durch das Schmoren und fast von allein auseinanderfällt. Und zum anderen Nackenfleisch vom Schwein, das zwar auch weich geschmort wird, jedoch noch ein wenig mehr Struktur behält als das Suppenfleisch.

*Für 2 Personen:*

- 400 g Suppenfleisch (Rind)
- 400 g Nackenfleisch (Schwein)
- 1 große Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Flasche Malzbier (0,33 l)
- Salz
- Pfeffer
- 1 Tasse Langkornreis
- Olivenöl
- Schnittlauch

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Schmorzeit 2 Stdn.*



## Lange geschmortes Gulasch

Zwiebel und Knoblauch putzen und schälen. Zwiebel in feine Streifen schneiden. Knoblauch kleinschneiden.

Fleisch in grobe Würfel schneiden.

Öl in einem Topf erhitzen und Fleisch mit dem Gemüse anbraten.

Mit dem Malzbier ablöschen. Salzen und pfeffern.

Zugedeckt bei geringer Temperatur zwei Stunden schmoren lassen.

Kur vor Ende der Garzeit den Reis in der doppelten Menge Wasser mit etwas Salz 10–12 Minuten garen.

Sauce des Gulasch abschmecken.

Schnittlauch kleinschneiden.

Reis auf zwei tiefe Teller verteilen.

Gulasch mit viel Sauce darüber geben.

Mit etwas Schnittlauch garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Fleischsuppe



Leckere Suppe mit Suppenfleisch

Wirklich sehr wenige Zutaten.

Aber dennoch eine sehr gehaltvolle, schmackhafte Suppe.

Fleisch- oder Gemüsefond, möglichst selbst zubereitet und eventuell eingefroren.

Dazu eine große Portion Suppenfleisch.

Abgerundet durch einige Gewürze, um den Fond etwas zu würzen und die Suppe abzuschmecken.

---

# Markklößchen-Suppe mit Suppenfleisch



Sehr aromatisch und schmackhaft

Eine wunderbare Suppe, die ein hervorragendes Aroma und einen tollen Geschmack hat.

Als Einlagen verwende ich Suppenfleisch und Markklößchen.

Bei den Markklößchen mache ich es mir etwas einfach, ich bereite sie nicht selbst aus Mark und Gewürzen zu. Sondern verwende ein industriell zubereitetes Produkt. Aber die Markklößchen haben eine gute Qualität und schmecken sehr gut.

Um einen guten Geschmack in die Suppe zu bekommen, verwende ich zusätzlich dreierlei Zutaten.

Einmal Hühnchenknochen, die ich von der Zubereitung von entbeinten Hähnchenschenkeln noch übrig und im Gefrierschrank aufbewahrt hatte.

Dann einige Stücke Parmesanrinde, die ich von verwendetem Parmesan übrig hatte, im Kühlschrank aufbewahrt hatte und die für eine Suppe oder auch einen Eintopf sehr gut geeignet sind.

Und schließlich noch eine Speckschwarte, die ich ebenfalls noch im Kühlschrank aufbewahrt hatte.

Alle drei Zutaten werden vor dem Servieren aus der Suppe genommen.

Ich würze dann die Suppe nur noch mit Salz und Pfeffer und schmecke sie ab.

Als Einlage verbleiben nur die erwähnten Markklößchen und das Suppenfleisch.

Garniert wird die Suppe noch mit frischer, kleingehackter Petersilie.

---

## **Deutsches Osso Bucco mit frischer Tagliatelle**

Meine neue Nudelmaschine funktioniert jetzt auch beim wiederholten Mal der Pasta-Zubereitung.

Auch nach dem ersten Spüldurchgang durch die Spülmaschine.

Der Zusammenbau der Maschine nach dem Spülen ist zwar etwas schwierig, aber ich habe ihn jetzt verstanden, die Maschine funktioniert nun auch wieder nach dem Spülen und ich kann wieder schöne, leckere Pasta zubereiten.

Dieses Mal gibt es frische Tagliatelle.

Als Hauptprodukt bereite ich jedoch eine Art deutsches Osso Bucco zu.

Und zwar nicht mit Rinderbeinscheibe wie in der klassischen, italienischen Weise.

Sondern ich verwende deutsches Suppenfleisch.

Aber ich bereite das Suppenfleisch klassisch wie ein Osso Bucco zu, mit Zwiebeln, Knoblauch und etwas Suppengemüse. Dann Tomatenmark. Und die Sauce bilde ich natürlich mit trockenem Rotwein.

Für mehr Geschmack gebe ich noch einige Lorbeerblätter in die Sauce.

Ich schmore das Suppenfleisch ganze 3 1/2 Stunden.

Wie zu erwarten war, braucht man für das Fleisch kein Messer, man kann es mit der Gabel zerteilen.

Und die Sauce gelingt wirklich außerordentlich gut.

Von den herrlichen, frischen Pasta mal ganz abgesehen.

Ein passendes Rezept für mein Foodblog: Nudeln, Fleisch und Sauce. □

[amd-zlrecipe-recipe:1111]

---

# Gemüsesuppe und Suppenfleisch

Eine sehr herzhafte Suppe, die eine volle Mahlzeit ergibt.

Und wenn bei jeder Suppe so viel leckeres, äußerst zartes Fleisch darin enthalten wäre, dann würde ich fast zu einem Suppen-Fan werden.

Zusätzlich zum Suppenfleisch gebe ich noch sechs Gemüsesorten in die Suppe.

Und die Brühe wird aus selbst zubereitetem Gemüsefond gebildet, den ich eventuell ein wenig nachwürze.

Lecker!

[amd-zlrecipe-recipe:593]

---

## Klare Rinderbrühe

Eine klare Suppe. Zubereitet aus selbst zubereitetem Fleischfond, den man aus Rinderknochen herstellt.

Man verwendet den Fond einfach als Brühe.

Und gibt etwas Suppenfleisch und Suppengemüse hinzu, das man mitgart.

Dann garniert man die frische Suppe noch mit etwas frischem Schnittlauch.

[amd-zlrecipe-recipe:580]

---

# Bohnen-Eintopf mit Bauchspeck und Suppenfleisch

Ein einfacher Eintopf.

Mit Bohnen als Hauptzutat.

Ich verfeinere den Eintopf noch mit etwas Bauchspeck und Suppenfleisch.

Dazu noch Wurzeln, Kartoffeln und Kohlrabi.

Gewürzt mit Salz, Pfeffer, Zucker und etwas Bohnenkraut.

Für die Brühe verwende ich selbst zubereiteten Gemüsefond.

[amd-zlrecipe-recipe:548]

---

## Kartoffel-Eintopf

Ein Rezept für einen Kartoffel-Eintopf.

Zubereitet aus Kartoffeln, Wurzeln, Lauch und Knollensellerie.

Ich bereite den Eintopf mit selbst zubereitetem Gemüsefond zu.

Damit der Eintopf etwas cremiger wird, nehme ich nach dem Garen die Hälfte des Eintopfs aus dem Topf, gebe ihn in eine Rührschüssel, püriere ihn mit dem Pürrierstab fein und gebe ihn wieder in den Topf zurück.

Außerdem verfeinere ich den Eintopf mit Speck und

Suppenfleisch. Und kurz vor dem Servieren kommen noch zwei grob zerkleinerte Wiener Würstchen in den Eintopf und werden kurz erhitzt.

Sehr lecker!

[amd-zlrecipe-recipe:509]

---

## Borschtsch

Borschtsch ist eine Suppe, die traditionell mit Roter Bete zubereitet wird. Ihre Zubereitung ist vor allem in Ost- und Ostmitteleuropa sehr verbreitet.

Die Verbreitung zieht sich von Polen über Galizien, Rumänien, die Ukraine, Weißrussland bis hin zu Russland. In manchen Ländern wird Borschtsch aber nicht als eigenständige Mahlzeit, sondern als Vorsuppe oder Zwischengericht zum Mittag- oder Abendessen gegessen.

Für die Zubereitung ist die lange Garzeit bei geringer Hitze charakteristisch. Vor dem Servieren sollte man Borschtsch mit Schmand und frischen Küchenkräutern wie Dill oder Petersilie verfeinern.

Aufgrund der weiten Verbreitung in den osteuropäischen Ländern gibt es unzählige regionale Varianten. Die Zubereitung des Borschtsch ist daher regional unterschiedlich, fast immer gehören jedoch Fleisch, Rote Bete und Weißkohl dazu.

[amd-zlrecipe-recipe:462]

---

# Suppenfleisch asiatisch mit Knödeln



Bei der Sauce gibt's die volle Dröhnung – und man kann immer noch nachschöpfen

Suppenfleisch verwendet man ja eher – nomen est omen – für einen Eintopf oder eine Suppe. Aber es ist Schmorfleisch, und so lässt es sich auch einfach im Bräter im Backofen oder auch im Topf in einer diesmal asiatischen Sauce schmoren.

Das Fleisch wird vom Kochen getrennt, einfach wie ein Braten tranchiert und zusammen mit Knödeln und viel Sauce serviert.

Bei den [Knödeln](#) greife ich auf selbst zubereitete, aber eingefrorene Knödel zurück.

**Zutaten für 1 Person:**

- 600 g Suppenfleisch
- 3 EL Sojasauce mit Zitronensaft
- 1 EL Schwarze Bohnensauce
- 1 EL Fischsauce
- 150 ml trockener Weißwein
- 2 l Gemüfefond
- 2 Petersilieknödel
- 2 Schnittlauchknödel

**Zubereitungszeit:** Garzeit 1 Std.

Saucen und Weißwein in einen Topf geben, verrühren und erhitzen. Suppenfleisch hineinlegen und zugedeckt bei geringer Temperatur 1 Stunde köcheln.

10 Minuten vor Ende der Garzeit Fond in einem Topf und Knödel darin erhitzen.

Suppenfleisch aus dem Topf nehmen und auf ein Arbeitsbrett geben. Knochen entfernen und Suppenfleisch tranchieren.

Suppenfleischscheiben auf einen Teller geben, Knödel dazugeben und von der Sauce darüber geben.