

Gaisburger Marsch wie bei Oma

(für 4 Personen)

Zutaten:

1 kg	Beinscheiben vom Rind oder Rinderbrust
3	Markknochen
1 Bund	Petersilie
3	Karotten
1	Sellerieknolle
1 Stange	Lauch
2	große Zwiebeln
200 ml	Mineralwasser (kohlenensäurehaltig)
500 g	Mehl
5	große Eier
etwas	Salz und Pfeffer (auch ein paar Pfefferkörner)
3	Lorbeerblätter
1 kg	Kartoffeln
etwas	Muskat
etwas	Butter
etwas	Petersilie (zum Bestreuen)

Zubereitung:

Möhren, Sellerie, Lauch und Petersilie putzen und in daumengroße Stücke schneiden.

Für die Brühe die Beinscheiben vom Rind oder Rinderbrust zusammen mit ca. 3 Markknochen (falls vorhanden) in einen großen Topf geben. Den Topf mit 3-4 l Wasser füllen und ins Wasser eine große geputzte, aber ungeschälte Zwiebel geben (Omas Tipp für eine klare Brühe). Das Wasser zum Kochen bringen und auf mittlerer Hitze köcheln lassen. Zu Beginn mit einem Schaumlöffel den Schaum abnehmen, bis die Brühe klar bleibt.

Nun die Möhren, Sellerie, Lauch und Petersilie in die Suppe geben und die Suppe mit einer guten Prise Salz, 2-3 Lorbeerblättern und einem Teelöffel schwarzer Pfefferkörner ca. 2 Stunden köcheln lassen, bis das Fleisch der Beinscheiben weich ist.

Während die Brühe köchelt, können Kartoffeln, Spätzle und angeschwitzte Zwiebeln zubereitet werden. Weder Spätzle noch Kartoffeln werden in der Brühe gekocht, sondern separat zubereitet.

Für die Spätzle das Mehl mit Eiern und 150-200 ml Sprudel zu einem Teig verrühren und eine Prise Salz dazugeben. Ruhig schwungvoll rühren, damit Luft in den Teig kommt. Die richtige Konsistenz hat er, wenn er am Kochlöffel Fäden zieht, die aber nicht sofort abreißen. Den Teig ein paar Minuten stehen lassen und dann je nach vorhandenem Spätzlewerkzeug verarbeiten. Wir empfehlen die Verarbeitung mit der Spätzlepresse, das ist am einfachsten und macht keine große Sauerei. Den Spätzleteig in die Presse geben und gleichmäßig in kochendes, gesalzenes Wasser pressen. Wenn die Spätzle aufschwimmen, abschöpfen und mit klarem Wasser abschrecken.

Die Kartoffeln schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. Etwa 20 Minuten kochen, bis sie gar sind, dann abgießen.

Eine große Zwiebel in kleine Stücke schneiden und in Butter hellbraun anschwitzen.

Ist das Fleisch weich, die Beinscheiben aus der Brühe nehmen und auf einem Teller etwas abkühlen lassen. Anschließend das Fleisch vom Knochen lösen (es sollte jetzt schon fast von alleine vom Knochen gehen) und in mundgerechte Stücke schneiden. Die Brühe abseihen. Das Suppengemüse kann auch entsorgt werden. Denkbar ist aber auch, die Karottenstückchen weiterzuverwenden. Das Knochenmark kann durch ein Sieb in die Brühe passiert werden, wenn sie nicht fett genug ist. Anschließend die nun klare Brühe zurück in den Topf geben und mit Salz, Muskat und Pfeffer abschmecken.

In die fertige Brühe die Kartoffeln, die Spätzle und die Zwiebeln geben und nochmals kurz aufkochen lassen.

Auf tiefe Portionsteller verteilen und mit frisch gehackter Petersilie bestreut servieren.

Wir beraten Sie gerne persönlich in unseren Fachgeschäften.