



Georgische Rindfleischsuppe

mit frischen Kräutern und Walnüssen



30-40min



2 Personen

Ein leckeres Süsschen tut Seele und Bauch doch immer gut! Für unsere nahrhafte Brühe aus feinem Rindergeschnetzeltem, extra für dich vorgeschnittenem Gemüse und süß-säuerlicher Tamarindenpaste, haben wir uns von der georgischen Kharcho-Suppe inspirieren lassen. Sie wird typischerweise mit gehackten Walnüssen und aromatischen Kräutern serviert. Gute Idee, finden wir, und erheben die Löffel auf das Wohlbehagen!

Was du von uns bekommst

- 1 Päckchen Rinderbrühgewürz
- 1 Packung Rindergeschnetzeltes
- 400g geschnittenes Suppengemüse ⁹
- 1 Päckchen Bratkartoffelgewürz
- 1 Päckchen edelsüßes Paprikapulver
- 1 Dose Tomatenmark
- 25g Tamarindenpaste
- 25g Walnusskerne ¹⁵
- 20g Koriander & Dill

Was du zu Hause benötigst

- 2EL Butter ⁷
- 2TL Weizenmehl ¹
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- kleine Pfanne
- Messbecher

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Milch (7), Sellerie (9), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 619kcal, Fett 42.7g, Kohlenhydrate 33.3g, Eiweiß 27.9g



1. Brühe vorbereiten

Die **½ des Brühgewürzes** in 500ml heißem Wasser auflösen.



2. Fleisch anbraten

Das **Fleisch** trocken tupfen. In einem mittelgroßen Topf 2EL Pflanzenöl erhitzen, das **Fleisch** hineingeben, mit 1TL Mehl bestäuben und mit 1 Prise Salz würzen, dann bei mittlerer Hitze 2-3Min. anbraten. Anschließend aus dem Topf nehmen und beiseitestellen.



3. Gemüse garen

Das **Suppengemüse** in den Topf geben und mit 1EL Butter bei mittlerer Hitze 4-6Min. braten. Die Hitze reduzieren, noch 1EL Butter hinzufügen und das **Gemüse** mit 1TL Mehl bestäuben. Alles gut vermengen, dann das **Bratkartoffelgewürz**, das **Paprikapulver**, das **Tomatenmark** und die **Tamarindenpaste** einrühren und ca. 1Min. anschwitzen.



4. Suppe köcheln

Die **Brühe** angießen, abgedeckt zum Kochen bringen und dann ohne Deckel bei mittlerer Hitze 5-7Min. köcheln lassen, bis die **Brühe** etwas eingedickt ist. Das **Fleisch** zurück in den Topf geben und 1-2Min. mitköcheln, bis es gar ist.



5. Nüsse & Kräuter hacken

Inzwischen die **Walnüsse** in einer kleinen Pfanne ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze 1-2Min. anrösten. **Vorsicht**, sie können schnell zu dunkel werden. Zum Abkühlen aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen, anschließend grob hacken. Den **Koriander** und den **Dill** samt Stängeln grob schneiden.



6. Anrichten und servieren

Die **Rindfleischsuppe** mit Salz und Pfeffer abschmecken, auf tiefe Teller oder Schalen verteilen und mit den **Walnüssen** sowie den **Kräutern** garniert servieren.