

# 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!

---

## **Wirsing-Suppe**



Mit viel frischem Wirsing

Ein Rezept für eine einfache Suppe. Aber nichtsdestotrotz sehr schmackhaft.

Es werden ausschließlich frische Zutaten verwendet.

Da wäre einmal die selbst zubereitete Gemüsebrühe, die ich portionsweise genau für solche Zwecke eingefroren habe.

Und ein kleiner, frischer Wirsing als Einlage, kleingeschnitten, versteht sich.

Fehlt noch ein wenig Würze wie Salz, Pfeffer und eine Prise Zucker.

Fertig ist eine sehr leckere und wohlschmeckende Suppe.

*Für 2 Personen:*

- 1 kleiner Wirsing
- 800 ml Fleischbrühe
- Salz

- Pfeffer
- Zucker

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 20 Min.*



Mit selbst zubereiteter Gemüsebrühe  
Wirsing putzen und die festen Stiele entfernen.

Quer in schmale Streifen schneiden.

Brühe in einem Topf erhitzen.

Wirsing dazugeben.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

20 Minuten bei geringer Temperatur zugedeckt köcheln lassen.

Suppe abschmecken.

Auf zwei tiefe Suppenteller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Tomatensuppe



Einfache, leckere Suppe

Eine einfache, schlichte Tomatensuppe.

Zubereitet aus passierten Tomaten. Mit etwas Wasser verlängert.

Wer es ein wenig stückiger mag, verwendet Tomaten aus der Dose, die auch viel Flüssigkeit enthalten, und zerstampft sie grob mit dem Stampfgerät.

Aber die Suppe hat kräftig Bums. Ich gebe nämlich eine kleingeschnittene rote Chili-Schote für Schärfe hinein.

Und verfeinert wird die Suppe mit einem Schuss Sahne und einem Schuss Cognac.

Und damit man beim Essen der Suppe ein wenig zu Kauen hat, gare ich kleine Nudeln in der Suppe mit.

*Für 2 Personen:*

- 400 ml passierte Tomaten (1 Packung)
- 200 ml Wasser
- Sahne
- Cognac
- 1 rote Chili-Schote
- eine kleine Handvoll (Suppen-)Nudeln
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- ein wenig frische Petersilie

*Zubereitungszeit: 9 Min.*

Chili-Schote putzen und quer in schmale Ringe schneiden.

Petersilie kleinwiegen.

Tomatensauce in einem kleinen Topf erhitzen.

Wasser dazugeben.

Jeweils einen Schuss Sahne und Cognac hinzugeben.

Chili-Schote und Nudeln dazugeben.

Mit Salz und Pfeffer würzen.

Alles vermischen und Suppe 9 Minuten bei geringer Temperatur köcheln lassen.

Prüfen, ob die Nudeln durchgegart sind.

Suppe abschmecken.

Suppe auf zwei tiefe Schalen verteilen.

Mit Petersilie garnieren. Guten Appetit!

---

# Gemüsebrühe mit Markklößchen



Frische, selbst zubereitete Gemüsebrühe

Es ist immer wieder eine Freude, eine selbst zubereitete, frische oder eben eingefrorene Gemüsebrühe zu essen. Bei der Herstellung aus Gemüse, Fleisch und Knochen noch mäßig gewürzt. Hier bei der Zubereitung einer leckeren Suppe noch kräftig mit Salz, Pfeffer und Paprika nachgewürzt. Einfach gut.

Und hier trifft auch Frische auf Convenience.

Ich sah mich bisher noch nie veranlasst, Markklößchen selbst herzustellen. Warum auch? Man hat nur wenige Verwendungsmöglichkeiten für sie. Suppe oder eventuell als ungewohnte Beilage für Fleisch oder Fisch.

Und ich bräuchte dafür eine große Menge Markknochen. Deren Mark ich für die Klößchen verwenden müsste. Dann kann ich aber die Knochen selbst auch wieder nur für sehr wenige Gerichte verwenden. Eigentlich nur für einen Fleisch- oder Gemüsefond.

Und so greife ich eben bei Markklößchen gern zu einem

Fertigprodukt. Achte aber darauf, dass ich ein gutes Produkt von guter Qualität auswähle.

Die Gemüsebrühe, schön gewürzt, mit den Markklößchen und zum Garnieren noch etwas frischem, kleingeschnittenen Schnittlauch ergibt eine leckere Suppe!

*Für 2 Personen:*

- 600 ml Gemüsebrühe
- 500 g Markklößchen (2 Packungen à 250 g)
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Paprika
- Schnittlauch

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



Mit vielen Markklößchen

Gemüsebrühe in einem Topf erhitzen.

Mit Salz, Pfeffer und Paprika kräftig würzen. Brühe abschmecken.

Markklößchen hineingeben.



Wenn Sie oben schwimmen, spätestens nach fünf Minuten, sind sie gar.

Suppe auf zwei Suppenschalen verteilen.

Schnittlauch kleinschneiden und die Suppen damit garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

## Scharfe Bohnensuppe mit Speck und Croutons



Leichte, angenehme Schärfe durch Chili-Schoten

Was man aus einem Dosenprodukt so alles zubereiten kann.

Weißer Bohnen, vorgegart, aus der Konservendose.

Verfeinert mit roten Chili-Schoten für Schärfe.

Das Besondere an der Suppe sind aber zum einen die kross gebratenen Speckwürfel.

Und die ebenfalls kross gebratenen Croutons, die ich aus zwei Scheiben Toastbrot zubereite.

Beides verleiht der Suppe einen wunderbaren Crunch, so dass man nicht nur die flüssige Suppe löffeln kann, sondern auch etwas für die Zähne zu beißen hat.

Garniert wird die Suppe noch mit etwas frischer Petersilie.

*Für 2 Personen:*

- 800 g weiße Bohnen (2 Dosen à 400 g)
- 100 g durchwachsener Bauchspeck
- 2 Toastbrotscheiben
- Rapsöl
- 600 ml Gemüsefond
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- 2 rote Chili-Schoten
- etwas frische Petersilie

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 15 Min.*



Kross und crunchy mit Speck und Croutons

Schwarte des Specks entfernen. Speck in kleine Würfel schneiden.

Toastbrotsscheiben ebenfalls in kleine Würfel schneiden.

Speck in einer Pfanne ohne Fett einige Minuten kross anbraten. Bei Bedarf etwas Öl dazugeben. Herausnehmen und in eine Schale geben.

Dann Toastbrotwürfel ebenfalls im Fett einige Minuten kross anbraten. Ebenfalls herausnehmen und in eine Schale geben.

Chili-Schoten putzen und quer kleinschneiden.

Gemüsefond in einem Topf erhitzen.

Bohnen in ein Küchensieb geben und unter kaltem Wasser gut abwaschen.

In den Fond geben und einige Minuten erhitzen.

Chili-Schoten dazugeben.

Alles mit dem Pürrierstab fein pürrieren.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Suppe abschmecken. Petersilie kleinwiegen.

Suppe auf zwei Suppenschalen verteilen.

Speck- und Croutonswürfel dazugeben.

Etwas Petersilie darüber streuen.

Servieren. Guten Appetit!

---

## Tomatensuppe mit Bohnen und Reis



Vorwiegend Resteverwertung

Manche Gerichte sind gerade dazu geeignet, eine Resteverwertung durchzuführen.

So in diesem Fall.

Von einem Hauptgericht waren weiße Bohnen in Tomatensauce als Beilage übrig.

Dazu von einem anderen Gericht Jasminreis.

Beides bot sich an, zusammen mit frischen Kirschtomaten und etwas Gemüsefond für eine leckerer Suppe verwendet zu werden.

Aufgepeppt mit viel getrocknetem Majoran.

Für 2 Personen

- 20 Kirschtomaten (etwa 200 g)
- 1 kleine Dose weiße Bohnen (in Tomatensauce, 400 ml)
- 1 Tasse gekochter Jasminreis
- 4 TL getrockneter Majoran
- 300 ml Gemüsefond
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- rosenscharfes Paprikapulver
- Petersilie

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 10 Min.



Mit drei Hauptzutaten

Petersilie kleinwiegen.

Kirschtomaten vierteln.

Gemüsefond in einem Topf erhitzen.

Kirschtomaten dazugeben und einige Minuten köcheln lassen. Mit dem Stampfgerät zerdrücken.

Reis und Bohnen dazugeben. Erhitzen.

Mit Majoran, Salz, Pfeffer, Paprika und einer Prise Zucker würzen.

Etwa 5–10 Minuten köcheln lassen.

Suppe abschmecken.

Suppe auf zwei tiefe Suppenschalen verteilen.

Mit frischer Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Champignons - Cremesuppe



Champignons verwendet man ja meistens, um sie mit diverserem Fleisch, so zum Beispiel Gulasch oder Geschnetzeltem, in einer Sauce zuzubereiten.

Eine andere Möglichkeit ist jedoch, mit den Champignons als Hauptzutat eine leckere Creme-Suppe zuzubereiten.

Selbst wenn man weiße Champignons verwendet, werden diese doch beim Anbraten in Butter dunkelbraun und man erhält somit keine weiße Suppe, sondern eine dunkelbraune oder gar gräuliche.

Aber keine Bange, schmackhaft ist sie dennoch.

Für die Flüssigkeit der Suppe sorgen natürlich Sahne und dann Gemüsefond.

Als kleine weitere Zutaten dienen Schalotten, Lauchzwiebeln und Knoblauch.

Nach dem Garen wird natürlich alles einige Minuten mit dem Pürierstab feinst püriert, damit man auch wirklich eine schöne Creme-Suppe erhält.

Petersilie wird zum Garnieren verwendet und rundet die Suppe einfach ab.

Für 2 Personen

- 1 kg weiße Champignons (2 Packungen à 500 g)
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Schalotten
- 4 Knoblauchzehen
- 200 ml Gemüsefond
- 200 ml Sahne (1 Becher)
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Petersilie
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.





Petersilie kleinwiegen.

Champignons kleinschneiden.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden.

Eine Portion Butter in einem Topf erhitzen und Gemüse und Pilze darin einige Minuten unter Rühren anbraten.

Mit dem Fond und der Sahne ablöschen.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Alles einige Minuten mit dem Pürrierstab feinst pürieren.

Suppe abschmecken.

Auf zwei tiefe Schalen verteilen.

Mit der Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Schaumige Creme-Suppe mit Chinakohl, Mini Pak Choi und Schweinefleischstreifen



Sehr leckere, cremige Suppe mit Einlage

Da ist mir doch wirklich eine sehr gute, schaumige und cremige Suppe gelungen.

Was benötigt man für eine Creme-Suppe?

Gemüsefond, Sahne und etwas Gemüse.

Dazu habe ich Chinakohl und Mini Pak Choi gewählt.

Zusammen mit etwas Knoblauch.

Als Einlage gibt es Schweinefleischstreifen, die ich einige Minuten in Butter kross anbrate. Und dann vor dem Servieren in die Suppe gebe.

Unbedingt auch die würzige Butter vom Fleisch zusätzlich auf die Suppe obenauf träufeln. Das gibt noch zusätzlich Geschmack.

Daher aber die Creme-Suppe vorher nicht zu sehr würzen.

Für 2 Personen

- 2 Mini Pak Choi
- einige große Blätter Chinakohl
- 4 Knoblauchzehen
- 300 ml Gemüsefond
- 200 ml Sahne (1 Becher)
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- 400 g Schweinefleisch (Geschnetzeltes oder Schnitzelfleisch)
- Gewürzsalz
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.



Knoblauch schälen und kleinschneiden.

Chinakohl und Mini Pak Choi putzen und quer in dünne Streifen schneiden.

Butter in einem Topf erhitzen.

Zuerst den Knoblauch kurz anbraten.

Dann das Gemüse dazugeben und mit anbraten.

Mit Gemüsefond und Sahne ablöschen.

Alles einige Minuten zugedeckt köcheln lassen.

Mit dem Pürierstab einige Minuten wirklich sehr fein pürieren.

Mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken.

Parallel dazu Fleisch in kurze, sehr feine Streifen schneiden. Mit dem Gewürzsalz würzen.

Butter in einer Pfanne erhitzen und Fleisch darin 3 Minuten unter Rühren kross anbraten.

Suppe in zwei tiefe Schalen geben.

Fleisch auf die beiden Schalen verteilen.

Butter des angebratenen Fleisch über die Suppe träufeln.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Pfannkuchenerbsen-Suppe**



## Leckere Suppe

Ja, wie soll ich diese Suppe nennen? Da ich sie selbst kreiert habe. Pfannkuchentropfen-Suppe? Oder doch eben Pfannkuchenerbsen-Suppe?

Sie erinnert mich an eine Suppe als Vorspeise, die ich früher in meiner Jugend im Skiurlaub zu Ostern in einer Gaststätte in Österreich immer sehr gerne gegessen habe. Sie war eine meiner Lieblings Speisen im Urlaub.

Es war eine Kichererbsensuppe. Also eine Rindsbouillon mit Kichererbsen als Einlage.

Diese habe ich jetzt sozusagen nachkreiert.

Ich habe einfach einen Rest eines Pfannkuchenteigs mit einem Küchensieb tropfenweise in das siedende Fett der Friteuse tropfen lassen. Und dort einige Minuten kross frittiert.

Dann die Erbsen auf ein Küchenpapier geben und abtropfen lassen.

Fertig ist die Einlage.

Als Suppengrundlage habe ich einen selbst zubereiteten Gemüfefond verwendet.

Das Ganze noch mit frischer, kleingewiegter Petersilie garnieren.

Fertig ist die leckere Suppe.

---

## Buschbohnen - Creme - Suppe



Ton in Ton mit der Keramik-Suppschale ...

Rezept für eine einfache, aber frische und cremige Suppe.

Ich gare einfach frische Buschbohnen im Wasser.

Schütte dann das Kochwasser bis auf einen kleinen Rest ab und verwende den Rest für die Suppe.

Dazu Sahne für Cremigkeit. Und wenige Gewürze.

Ich püriere die Suppe bewusst nicht mit dem Pürierstab, sondern verwende dafür das Stampfgerät, damit ich zwar eine cremige Suppe, aber noch ein wenig Bohnenstückchen für mehr Biss und Crunch beim Essen der Suppe habe.

Aufgepeppt wird die Suppe noch mit kleinen Würfeln von durchwachsenem Bauchspeck, den ich ohne Fett in einer kleinen Pfanne kross brate.

Für 2 Personen

- 500 g Buschbohnen
- 200 ml Sahne (1 Becher)
- 50 g durchwachsener Bauchspeck
- Salz
- Pfeffer

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 15 Min.



Schwarte des Specks entfernen. Speck in sehr kleine Würfel schneiden.

Bohnen in einem Topf mit kochendem Wasser 12 Minuten garen.

Kochwasser bis auf einen Rest abschütten.

Bohnen mit dem Stampfgerät fein zerstampfen.

Sahne dazugeben. Salzen und Pfefferen.

Suppe etwas verrühren, nochmals erhitzen und abschmecken. Warmhalten.

Speckwürfel in einer Pfanne ohne Fett einige Minuten kross anbraten.

Suppe in zwei Suppenschalen geben. Mit dem Speck garnieren.

Servieren. Guten Appetit!



---

# Wurzelcremsuppe



In der schönen, neuen Suppenschale

Dieses Rezept für eine cremige Suppe mit pürierten Wurzeln ist etwas ungewöhnlich. Aber das Ergebnis ist außergewöhnlich, lecker und schmackhaft.

Diese Suppe bietet wirklich viele Geschmacksnuancen. Sie bietet Süße, Schärfe und Säure.

Die Wurzeln und die Schokoladenraspeln liefern etwas Süße. Die verwendeten, getrockneten Chilischoten, die Peperoni und der frische Ingwer bringen Schärfe. Und der Riesling, den ich verwende, um die sehr cremige Suppe doch ein wenig flüssig und somit suppenähnlicher zu machen, gibt Säure.

Und die Schlagsahne bringt das Cremige in die Suppe.

Da ich Bio-Wurzeln verwendet habe, habe ich diese zwar geputzt, aber nicht geschält und verwende sie somit mit Schale.

Dies ist auch die erste Suppe, die ich in der neuen Suppenschale meines neuen Tellersets serviere und kredenze. Sehr hübsch!

*Für 2 Personen*

- 10 Wurzeln
- 1 großes Stück frischer Ingwer
- 2 Peperoni
- 4 getrocknete Chilischoten
- 200 ml Schlagsahne
- 200 ml Riesling
- 2 TL Kurkuma
- frisch geriebenes Meersalz
- frisch geriebener schwarzer Pfeffer
- 2 EL Sahne zum Garnieren
- Schokoladenraspeln zum Garnieren

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 20 Min.



Wurzeln putzen und quer in dünne Scheiben schneiden.

Ingwer schälen und in kleine Würfel schneiden.

Peperoni putzen und ebenfalls quer in Ringe schneiden.

Chilischoten kleinschneiden.

Wasser in einem kleinen Topf erhitzen und Wurzeln darin 15 Minuten bei geringer Temperatur garen. Dann Wasser abschütten.

Ingwer, Peperoni und Chilischoten dazugeben. Mit Kukurma, Salz und Pfeffer würzen. Mit der Sahne und dem Weißwein ablöschen.

Alles vermischen und dann mit dem Pürierstab sehr fein pürieren.

Suppe abschmecken.

Suppe auf zwei Suppenschalen verteilen.

Jeweils einen Esslöffel Sahne darüber verteilen. Suppen noch mit Schokoladenrapiteln garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

## Legierte Spargelsuppe



Sehr leckere und schmackhafte Suppe

Diese Suppe ist eine einfache Resteverwertung.

Was macht man mit Spargelenden und -schalen, wenn man frische Spargel zubereitet hat?

Richtig, man wirft sie nicht weg, sondern kocht sie in normalem Wasser eine Stunde aus und bereitet daraus eine einfache, frische und leckere Suppe zu.

Man braucht dafür wirklich nicht viel. Nicht einmal einen Gemüfefond oder, im schlechtesten Fall, Gemüsepulver oder -

würfel.

Sondern nur die genannten Spargelenden und -schalen.

Dazu etwas Gewürz in Form von Salz und Pfeffer.

Und Eigelbe zum Legieren.

Fertig ist eine äußerst wohlschmeckende Spargelsuppe.

Für 2 Personen

- Spargelabfall von 1 kg Spargel
- 1 l Wasser
- Salz
- Pfeffer
- 2 Eigelbe
- Schnittlauch

Zubereitungszeit: 1 Std.



Wasser in einem Topf erhitzen, Spargelabfall dazugeben und zugedeckt bei geringer Temperatur eine Stunde kochen.

Schnittlauch kleinschneiden.

Spargelabfall mit dem Schaumlöffel herausnehmen.

Suppe mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken.

Suppe nicht mehr kochen und von der Herdplatte nehmen.

Eigelbe unter ständigem Rühren mit dem Schneebesen schnell einrühren.

Suppe in zwei tiefe Suppenteller geben. Mit Schnittlauch garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

## Fleischsuppe



Leckere Suppe mit Suppenfleisch

Wirklich sehr wenige Zutaten.

Aber dennoch eine sehr gehaltvolle, schmackhafte Suppe.

Fleisch- oder Gemüfefond, 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.

---

## Fisch-Suppe



Leckere Suppe

Einfaches Rezept.

Schnell zubereitet.

Wenige Zutaten.

Wenn es mal schnell gehen muss.

---

## Kohl - Suppe



Leckere, würzige Suppe

Der Blumenkohl, den ich gekauft hatte, hatte eine Menge Blätter mit Strünken.



Es war mir zu schade, diese einfach wegzuwerfen.

Also habe ich sie einfach kleingeschnitten und in Gemüsefond gegart.

Da es sich ja um Bestandteile eines Kohlkopfes handelt, darf ich diese Suppe ruhig als Kohl-Suppe bezeichnen.

Übrigens, die Blätter und Strünke nicht komplett fein pürieren, damit man bei der Suppe noch etwas zu kauen hat.

Da ich frische Lorbeerblätter verwende, kann man diese ruhig mit fein pürieren.

Für 2 Personen

- Blätter und Blattstrunke eines Blumenkohls
- 1 1  
[Gemüsefond|<https://www.nudelheissundhos.de/2015/05/26/gemuesefond/>]
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- 5 frische Lorbeerblätter
- vegane Sahne
- Petersilie

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 1 Std.

Petersilie kleinwiegen.

Blätter und Strünke kleinschneiden.

Fond in einem Topf auf dem Herd erhitzen.

Blätter und Strünke dazugeben.

Lorbeerblätter ebenfalls dazugeben.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Eine Stunde bei geringer Temperatur zugedeckt köcheln lassen.

Suppe mit dem Pürierstab fein pürieren, dabei noch einige Stücke grob belassen.

Abschmecken.

In zwei tiefe Suppenteller geben. Mit Sahne und Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

## Überbackene Zwiebelsuppe



Lecker überbacken

Die siebte Kreation.

Dieses Mal mit der Hauptzutat Zwiebeln.

Und dann ist einmal Schluss mit den vielen Suppen-Rezepten.

Und diese Zwiebelsuppe bereite ich auch nicht als Cremesuppe mit Weißwein und Sahne zu. Sondern klassisch mit angedünsteten Zwiebelringen, Gemüsefond und mit Käse überbacken.

Aber es kommt etwas Knoblauch zum Andünsten dazu.

Beim Gewürz wie fast immer Salz, Pfeffer und eine Prise Zucker. Bei diesem Gericht aber auch unbedingt noch Muskat.

Zum Überbacken verwende ich einen beliebigen, geriebenen Hartkäse.