

Poljska zupa ogórkowa – Polnische Gurkensuppe



Leckere, polnische Suppe mit Gurken

Sie sind sicherlich immer an traditionellen, auch ausländischen Rezepten für schmackhafte Gerichte interessiert. Das müssen nicht immer nur Rezepte aus Ländern wie Italien oder Frankreich sein. Es können auch einmal Rezepte aus anderen, direkten Nachbarländern sein. Wie aus Polen.

Vielleicht kennen Sie von dort nur die guten, polnischen Würste, die es dort in den unterschiedlichsten Zubereitungen gibt. Nein, es gibt auch andere, leckere Gerichte von dort, die man zubereiten kann, die lecker und schmackhaft sind und die gerne eine weitere Verarbeitung verdient haben.



Ich habe mich mit meinem Freund Kasimierz des Öfteren über einige polnische Gerichte unterhalten. Kasimierz hat zwei Staatsangehörigkeiten, und zwar die deutsche und die polnische. Somit kennt er wirklich echte, traditionelle, polnische Rezepte für polnische Gerichte. Und hat mir dieses Rezept für eine polnische Gurkensuppe verraten. Die ich mir bis ins kleinste gemerkt und beim Nachhausekommen sofort in dieser Form für dieses Rezept notiert habe.

Wir hatten des Öfteren davon gesprochen, einen Termin für ein gemeinsames Kochen auszumachen, bei dem entweder er diese Suppe bei mir zubereitet hätte und wir sie gemeinsam verspeist hätten, oder wir hätten uns gemeinsam daran gemacht, die Suppe zuzubereiten. Wir haben jedoch leider nie einen Termin festmachen können, an dem es zu einem gemeinsamen Kochen geklappt hätte. Also habe ich mich nach seiner Anleitung daran gemacht, die Suppe allein zuzubereiten.

Und kann sie Ihnen jetzt stolz präsentieren. Eine echte polnische Gurkensuppe. Nach echtem, polnischen Rezept. Für die Gurkeneinlage verwendet man einfache Gurken, die man auch in Essigwasser einlegen kann oder wie man sie eingelegt als Konserve in Gläsern zu kaufen bekommt.

Und die Suppe schmeckt wirklich hervorragend. Ein wenig säuerlich, vermutlich aufgrund der zugegebenen Gurkeneinlage. Und eventuell könnte man sie in Deutschland auch als Eintopf bezeichnen, denn sie enthält schon viele Zutaten, hat Bums und ist eine kräftige Mahlzeit. Danke Kasimierz, für das tolle Rezept! Und für Sie gilt nur der Rat: Nachkochen!

Für 2 Personen:

Für die Suppe:

- ein paar Schweineknochen
- etwas Suppengemüse (Knollensellerie, Wurzel, Lauch, Petersilie)
- einige Kartoffeln
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Wasser
- Öl

Für die Gurkeneinlage:

- einige Gurken
- 2 Knoblauchzehen
- frischer Dill
- Salz

Zum Garnieren:

- etwas Sahne

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 1,5 Stdn.



Vor dem Servieren mit etwas Sahne garniert
Aus Knochen, Suppengemüse und Kartoffeln eine Brühe kochen.
Dazu Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und in kleine
Würfel schneiden. In eine Schale geben. Kartoffeln ebenfalls
schälen, auch in kleine Würfel geben und in eine Schale geben.

Etwas Öl in einem Topf erhitzen und Knochen darin unter Rühren
kräftig anbraten. Suppengemüse und Kartoffeln dazugeben. Mit
dem Wasser ablöschen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker
würzen. Zugedeckt 1–1,5 Stdn. bei geringer Temperatur köcheln
lassen. Knochen entfernen. Brühe abschmecken.

Für die Gurkeneinlage Gurken putzen, auf einer groben
Küchenreibe in eine Schale reiben. Knoblauchzehen putzen,
schälen, mit einem breiten Messer flachdrücken und
kleinschneiden. Dill kleinschneiden. Knoblauch und Dill zu den
Gurken geben. Gut salzen. Alles vermischen und in ein Glas mit
Deckel geben.

Wenn man diese Gurkeneinlage nur einige Wochen aufbewahren
will, reicht es, sie in den Kühlschrank zu geben. Ansonsten

muss man sie haltbar machen. Dazu kann man die Gurkeneinlage im geschlossenen Glas entweder im Backofen einige Zeit garen und somit haltbar machen. Oder man gart sie in einem entsprechenden Behälter auf dem Herd wie anderes Gemüse oder auch Obst in Einmachgläsern einige Stunden und macht sie dadurch haltbar.

Zu der Gurkeneinlage gibt es übrigens noch zwei Alternativen, um diese zuzubereiten. In Polen gibt es in Konserven so genannte Brühgurken, mit denen man diese Einlage herstellen kann. Oder man nimmt eingelegte Sauergurken, schüttet das Einlegewasser ab und verwendet diese für die Einlage.

Die Gurkeneinlage gibt man in die zuvor zubereitete Suppe und erhitzt diese dann nochmals einige Minuten.

Suppe in zwei tiefe Suppenteller verteilen.

Suppe jeweils mit einem Esslöffel Sahne garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

**Falsche Pferdellende mit
Buschbohnen und
Salzkartoffeln**



Leckerer Pferdebraten

Wissen Sie, was eine falsche Lende ist? Es ist manchmal doch sinnvoll, sich vor der Zubereitung eines Gerichts über die verwendeten Zutaten zu informieren.

Ich hatte hier falsche Lende vom Pferd vorrätig, das ich in einem Gefrierbeutel vom Rossschlachter geliefert bekommen und eingefroren hatte. Nebst einem anderen Stück Pferdefleisch, und zwar richtiger Lende.

Bei einer richtigen Lende weiß man, das kommt in die Kategorie Filet- und Rumpsteak, ist somit kurzfaseriges Fleisch und etwas zum Kurzbraten.

Und trifft das auch für die falsche Lende zu? Schnell im Internet recherchiert. Und Glück gehabt. Denn bei der falschen Lende heißt es, es ist ein Stück aus der Schulter des Tieres, hat lange Fleischfasern und ist somit ein Kandidat für das ... lange Schmoren!

Also habe ich meine geplante Zubereitung, die falsche Lende

wie ein Steak nur einige Minuten in die Pfanne zu geben, schnell verworfen. Und stattdessen ein Schmorgericht zubereitet. Das dann aber eben auch drei Stunden Garzeit in Anspruch nimmt.

Geschmort habe ich die falsche Lende in Gemüsefond. Und habe einige kleingeschnittene Kräuterseitlinge dazugegeben und mitgeschmort.

Als Beilage gibt es fast schon klassisch für einen Braten Buschbohnen und Salzkartoffeln.



Mit Bohnen und Kartoffeln
Für 2 Personen:

- 500 g falsche Pferdelende
- 3 Kräuterseitlinge
- 400 ml Gemüsefond
- Salz
- Pfeffer
- edelsüßes Paprikapulver

- 300 g Buschbohnen
- 8 Kartoffeln
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 3 Stdn.

Falsche Lende auf allen Seiten mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen.

Pilze grob zerkleinern.

Öl in einem Topf erhitzen und falsche Lende darin auf allen Seiten kross anbraten. Pilze dazugeben. Mit dem Gemüsefond ablöschen.

Zugedeckt bei geringer Temperatur drei Stunden schmoren.

20 Minuten vor Ende der Garzeit Kartoffeln schälen. Bohnen putzen.

Kartoffeln und Bohnen in zwei Töpfen mit leicht gesalzenem Wasser etwa 15 Minuten garen.

Sauce des Bratens abschmecken.

Braten herausnehmen, auf ein Schneidebrett geben und tranchieren. Die Bratenscheiben auf zwei Teller verteilen.

Pilze, Bohnen und Kartoffeln dazugeben. Bohnen salzen.

Etwas Sauce über den Braten geben.

Servieren. Guten Appetit!

Kartoffel-Meerrettich-Rösti mit gebratenem Kürbis



Alles kross und knusprig gebraten
Rösti sind eine schweizer Spezialität und dort Hausmannskost.

Sie werden immer nur aus geriebenen Kartoffeln, gewürzt mit Salz und Pfeffer, zubereitet.

Niemals darf man dabei ein Bindemittel wie Eier verwenden, denn dann ... sind es keine Rösti mehr.

Bei den Kartoffeln kann man sich entscheiden, wie man sie verwenden will. Der eine bereitet Rösti nur aus rohen Kartoffeln zu, der andere nimmt eine Mischung aus rohen und gekochten Kartoffeln. Und dann kann man sie sicherlich auch nur aus gekochten Kartoffeln zubereiten.

Hier erfolgt zwar eine schweizer Zubereitung, denn ohne Bindemittel. Aber eben auch eine kleine Abwandlung, denn es

wird zusätzlich frischer, fein geriebener Meerrettich verwendet.

Dieser kommt zu den rohen, fein geriebenen Kartoffeln. Diese werden mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker gewürzt. Und dann gebraten. In reichlich Fett.

Und diese Rösti, die ich auf diese Weise zubereitet und gegessen habe, sind sicherlich die besten Rösti, die ich seit langer Zeit gegessen habe.

Sie sind kross, knusprig und lecker, haben eine gute Würze und sind innen saftig. Der Meerrettich schmeckt nicht zu sehr heraus, sondern bringt nur eine ganz leichte Schärfe im Nachgeschmack.

Als Beilage gibt es gebratene Butternuss-Kürbis-Würfel. Diese verfeinere ich vor dem Servieren noch mit etwas Kürbiskernöl.

Es sind nicht nur die besten Rösti, die ich seit langem gegessen habe, sondern es ist auch ein veganes Gericht, das mir ohne Wenn und Aber schmeckt und bei dem ich ausnahmsweise nicht das Fleisch vermisse.

Einzigster Nachteil: das Gericht ist ein wenig fett. Nun gut, Rösti muss man in reichlich Fett braten. Und das Kürbiskernöl trägt das seine dazu bei.

Aber, lecker! Und bedingt nachkochen!

Für 2 Personen

- 6 große Kartoffeln
- 1 große Meerrettichwurzel
- 1/2 Butternuss-Kürbis
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Kürbiskernöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 20 Min.

Kürbis putzen, Kerngehäuse entfernen und in kleine Würfel schneiden.



Sehr leckere Rösti!

Meerrettichwurzel putzen und schälen.

Kartoffeln schälen.

Kartoffeln und Meerrettich zusammen in einer Küchenmaschine fein reiben.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker gut würzen. Alles gut vermischen.

Einen großen Schluck Öl in zwei großen Pfannen erhitzen.

Aus der Rösti-Masse jeweils eine Handvoll zusammendrücken und zu flachen Rösti pressen. Auf die beiden Pfannen verteilen. Und auf jeder Seite etwa 8–10 Minuten kross und knusprig braten.

Auf einen Teller geben und eventuell im Backofen warmhalten.

Nochmals etwas Öl in eine der Pfannen geben.

Kürbis-Würfel darin ebenfalls etwa 8–10 Minuten kross braten.
Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Jeweils drei Rösti auf einen Teller geben.

Kürbis dazu verteilen. Kürbis mit einigen Tropfen Kürbiskernöl garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Geschmortes Putenbrustfilet in Algen-Estragon-Sauce mit Salzkartoffeln



Salzkartoffeln als neutralisierende Beilage

Putenfilet einmal anders zubereitet. In einer Sauce aus Wasser und Senf geschmort.

Der Senf ist mit etwas Algen und Estragon hergestellt.

Nach dem Schmoren braucht man die Sauce vermutlich nicht nachwürzen, der Senf bringt genügend Würze mit.

Dazu als neutralisierende Beilage einfache Kartoffeln.

Lecker und schmackhaft.

Für 2 Personen

- 500 g Putenbrustfilet
- 1 Schalotte
- 1 Lauchzwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1/2 Glas Algen-Estragon-Senf (100 g)
- 300 ml Wasser

- 8 Kartoffeln
- Salz
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 2 Stdn.



Schalotte, Lauchzwiebel und Knoblauch putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden.

Öl in einem Topf erhitzen und Filet darin kross anbraten.

Gemüse dazugeben und mit anbraten.

Senf dazugeben.

Mit dem Wasser ablöschen.

Vermischen.

Zugedeckt bei geringer Temperatur 2 Stunden köcheln lassen.

15 Minuten vor Ende der Garzeit Kartoffeln schälen. Grob zerkleinern.

In einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 12 Minuten garen.

Sauce abschmecken.

Filet herausnehmen, auf ein Arbeitsbrett geben und tranchieren.

Kartoffeln auf zwei Teller verteilen.

Jeweils einige Scheiben Filet dazugeben.

Sauce über die Kartoffeln und das Filet geben.

Servieren. Guten Appetit!

Schweinebauch mit Bratkartoffeln

Ein rustikales Gericht.

Schweinebauch gewürzt und in der Pfanne gebraten.

Ich bereite die Bratkartoffeln dieses Mal auf norddeutsche Art zu. Und somit mit Speck und Zwiebeln.

Der gebratene Schweinebauch ist mir vor einiger Zeit besser gelungen, als ich ihn in der Grill-Pfanne gegrillt habe. Damals habe ich ihn nach dem Grillen aber noch 10 Minuten im erhitzten Backofen nachgaren lassen. Das hat vermutlich den Unterschied ausgemacht.

[amd-zlrecipe-recipe:1029]

Champignon-Kartoffelklöße mit Champignon-Sahne-Sauce

Einfache Kartoffelklöße. Verfeinert mit klein geschnittenen, frischen Champignons. Dazu kleingewiegte Petersilie.

Das Ganze serviert mit einer Sauce, für die ich ebenfalls frische Champignons verwende. Und Sahne.

[amd-zlrecipe-recipe:950]

Pferdebraten in Rotweinsauce, Kartoffelstampf und Buschbohnen

Dieser Pferdebraten gelingt sehr gut! Da Pferdebraten ein Fleisch zum Langgaren, also Schmoren ist, schmore ich diesen drei Stunden in der Sauce in einem Topf auf dem Herd. Ich habe von einer Zubereitung im Bräter im Backofen Abstand genommen und diese Zubereitungsweise gewählt.

Die Sauce bilde ich aus Tomatenmark und einem guten Rotwein.

Ich gebe diese Mal die ganzen Gewürze auch nicht in einem Gewürzsäckchen in die Sauce, um sie dann so wieder zu entfernen. Sondern ich mörsere sie – bis auf die

Lorbeerblätter – in einem Mörser fein und gebe sie in die Sauce.

Die fertig gegarte Sauce schmeckt äußerst exzellent. Herrlich!

Und der Pferdebraten ist so, wie er nach dieser langen Garzeit sein soll. Man braucht für dieses Gericht kein Messer zum Essen, denn das Fleisch ist so zart, man kann es man allein mit der Gabel auseinanderziehen.

Dazu als Beilage etwas Kartoffelstampf aus frisch gegarten Kartoffeln. Natürlich mit einer Prise frisch geriebenem Muskat. Und einer guten Portion Butter.

Und als weitere Beilage noch eine kleine Portion Buschbohnen.

Lecker!

[amd-zlrecipe-recipe:811]

Schupfnudeln-Pfanne

Schupfnudeln kann man leicht selbst zubereiten, aus Mehl oder Kartoffeln und Eiern. Wie Gnocchi oder Kroketten.

Bei diesem Rezept habe ich den leichteren Weg gewählt und zwei Packungen Kartoffel-Schupfnudeln verarbeitet, die schon fertig zubereitet waren.

Dazu kommen noch durchwachsener Bauchspeck und Champignons.

Fertig ist ein leckeres Gericht, das einfach in zwei Pfannen zubereitet wird. Unbedingt die Zutaten gute 10 Minuten kross und knusprig für viele Röststoffe anbraten.

[amd-zlrecipe-recipe:675]

Hähnchenbrustfilets und Kartoffelspalten

Ein puristisches Gericht. Sehr wenige Zutaten. Sehr schnell zubereitet. Man benötigt nur zwei Pfannen.

Und eben alles sehr gut kross gebraten, Filets wie Kartoffeln.

Sehr lecker!

[amd-zlrecipe-recipe:615][amd-zlrecipe-recipe:615]

Putenschnitzel, Krabben und Drillinge



Mit frischen Krabben

Hier bereite ich ein weiteres Surf'n'Turf-Gericht zu.

Zu den Putenschnitzeln passen sehr gut frische Krabben, dieses Mal natürlich, für mich als Hamburger, frische Nordsee-Krabben.

Beides brate ich in Butter an. Die Putenschnitzel würze ich mit scharfem Rosen-Paprikapulver, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker. Die Krabben werden nur gesalzen.

Dazu als Beilage Drillinge. Da ich Bio-Drillinge verwende, bereite ich sie mit Schale zu. Dazu werden sie nur kurz in kochendem Wasser gegart. Dann halbiert und für Bräune und Röststoffe noch kurz in Butter in der Pfanne angebraten.

Zutaten für 2 Personen:

- 2 Putenschnitzel
- 150 g Krabben (2 Packungen)
- 600 g Bio-Drillinge
- scharfes Rosen-Paprikapulver

- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 15 Min.

Schnitzel auf jeweils jeder Seite mit Paprika-Pulver, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Wasser in einem Topf erhitzen, Drillinge hineingeben und 8–10 Minuten darin kochen.

Drillinge herausnehmen, auf einen Teller geben und jeweils halbieren.

Butter in einer Pfanne erhitzen und Drillinge darin einige Minuten kross anbraten. Salzen.

Drillinge auf zwei Teller verteilen. Warmhalten.

Nochmals Butter in die Pfanne geben und Schnitzel darin auf jeweils jeder Seite etwa 2 Minuten kross anbraten.

Währenddessen Butter in einer zweiten Pfanne erhitzen und Krabben darin kurz anbraten. Salzen.

Jeweils ein Schnitzel auf einen Teller geben und die Krabben auf die Schnitzel verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Kartoffel-Eintopf

Ein Rezept für einen Kartoffel-Eintopf.

Zubereitet aus Kartoffeln, Wurzeln, Lauch und Knollensellerie.

Ich bereite den Eintopf mit selbst zubereitetem Gemüfefond 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 Pürierstab 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]

Frittiertes Welsfilet mit Salzkartoffeln in Sahne-Dill- Sauce

Welsfilets, der Einfachheit halber in der Friteuse frittiert und daher sehr kross und knusprig.

Dazu ein schönes Sößchen, das ich mit Schalotte, Sahne, zwei Bund Dill und etwas Kardamom zubereite.

Als Beilage einfache Salzkartoffeln, über die ich auch einen Teil der Sauce verteile.

[amd-zlrecipe-recipe:485]

Marinierte Schweinelachse mit Bratkartoffeln

Hier greife ich auf fertig mariniertes Fleisch zurück, und zwar auf Schweinelachse in einer Kräuter-Marinade.

Ich brate die Lachse jeweils auf jeder Seite zwei Minuten in Öl kross an. Die Lachse gelingen sehr gut, sie sind fast durchgegart, aber innen noch rosé und sehr saftig.

Die Bratkartoffeln sind etwas zerfallen, das hängt damit zusammen, dass ich die Kartoffeln zuvor etwas zu lange in kochendem Wasser gegart habe. Daher sind sie etwas zerfallen. Aber sie sind zumindest kross und knusprig geworden und schmecken sehr lecker.

[amd-zlrecipe-recipe:466]

Frittierter Pansen mit Bratkartoffeln

Ein Friteusen-Getöse.

Ich hatte die Friteuse noch von einer anderen Zubereitung auf der Arbeitsplatte stehen. Also dachte ich mir, ich könne ja noch ein anderes Gericht damit zubereiten.

Ich entschied mich für Pansen. Mit Bratkartoffeln.

In der Friteuse frittierte Bratkartoffeln haben den Vorteil, dass sie zum Einen nicht vorher in Salzwasser gegart werden müssen, sondern roh in die Friteuse gegeben werden können. Und zum Anderen sind alle Kartoffelscheiben gleichmäßig gegart und gebräunt, haben also nicht wie in in der Pfanne in Fett gebratene Kartoffelscheiben an unterschiedlichen Stellen Röstspuren und sind auch nicht unterschiedlich braun.

Der Pansen ist ja schon 3–4 Stunden vorgegart und war tiefgefroren aufbewahrt. Ich schneide ihn in kleine Stücke und würze ihn gut. Da er vorgegart ist, bleibt er innen schön weich und saftig. Und außen ist er kross und knusprig.

Wieder eines meiner geliebten Innereien-Gerichte. Es ist wirklich sehr lecker. Und auch schnell zubereitet.

[amd-zlrecipe-recipe:405]

Schweineniere-Kartoffel-Gemüse-Ragout in Sahne-Sauce

Ich feiere heute meinen 57. Geburtstag. Ursprünglich hatte ich geplant, essen zu gehen. In ein Bayerisches Wirtshaus. Mitten in Hamburg und im Norden. Ich wollte dort ganz zünftig Schweinshaxe mit Klößen essen und einige gepflegte, alkoholfreie Weizenbiere dazu trinken. Nun, das hat sich leider anders ergeben. Ich konnte mir somit zumindest die 30–40,- € sparen, die das Essen mit den Getränken sicherlich gekostet hätte.

Dann bin ich, um den Tag dennoch etwas zu feiern, alternativ dazu auf die Idee gekommen, bei einem Lieferservice etwas Leckeres zu bestellen und mir liefern zu lassen. Ich wollte endlich einmal wieder Koreanisch essen. Und unter anderem eine Kim-Chi-Suppe, Kim-Chi und Bulgogi essen. Nur leider fand ich im Internet keinen koreanischen Lieferservice, der in die Straße, in der ich wohne, koreanisches Essen liefert. Also auch wieder Pech gehabt.

Da ich ja Innereien liebe, habe ich also kurzerhand umentschieden und zu Schweineniere gegriffen. Diese habe ich zusammen mit gekochten Kartoffeln und Gemüse zu einem Ragout verarbeitet. Als Würze verwende ich scharfes Rosen-Paprika. Und für die Sauce verwende ich einfach nur Sahne, die durch die ebenfalls verwendete Tomate einen leichten rosa Touch erhält.

Schnell zubereitet, unkompliziert und sehr schmackhaft. Da habe ich dann doch noch zum Geburtstag ein leckeres Gericht zu mir nehmen und ein wenig feiern können.

[amd-zlrecipe-recipe:400]

Hähnchen-Gemüse-Eintopf

Sie bereiten sicherlich auch ab und zu einen Eintopf zu. Das ist einfach gemacht, der Eintopf kann einfach einige Zeit auf dem Herd köcheln und er schmeckt meistens sehr lecker.

Einen Eintopf kann man mit den unterschiedlichsten Zutaten zubereiten. Entweder mit viel Kartoffeln. Oder man wählt diverses Gemüse. Oder eventuell auch mit Fleisch. Auch mit

Reis kann man einen leckeren Eintopf zubereiten.

Ich habe für diesen Eintopf als Fleisch ein Hähnchenbrustfilet gewählt. Dazu für mehr Geschmack und ein rauchiges Aroma kleingewürfelten, rohen Schinken. Des Weiteren diverse Gemüsesorten wie Bohnen, Mangold, Champignons, Schalotten und Knoblauch. Und noch zusätzlich viele Kartoffeln.

Ich bereite den Eintopf mit selbst zubereitetem Gemüsefond zu. Dadurch wird er sehr lecker. Des Weiteren gebe ich beim Zubereiten noch drei Lorbeerblätter hinzu.

[amd-zlrecipe-recipe:398]