



Klare Kartoffelsuppe mit Rindfleisch

4 Portionen

Zutaten:

Für die Hackbällchen:

800 g Kartoffeln – gewürfelt
500 g Suppenfleisch – gewürfelt
2 Markknochen vom Rind
3 Zwiebel – halbe Ringe
1/2 Lauch – feine Ringe
2 Karotten – halbe Scheiben 100 g Sellerie – gewürfelt
1,5 Liter Gemüsebrühe
1 Bund Petersilie – fein gehackt
1 EL Majoran
2 Lorbeerblätter
Salz, Pfeffer nach Belieben
1 Prise Liebstöckl (getrocknet)

Zubereitung:

ZUBEREITUNG IM NORMALEN TOPF:

Arbeitszeit: ca. 20 Minuten / Gesamtzeit: ca. 1,5 Stunden

1. Das gewürfelte Rindfleisch mit den Markknochen in 1,5 Litern Gemüsebrühe mischen und ca. eine Stunde köcheln lassen.
2. Nun alle weiteren Zutaten wie Kartoffeln, Sellerie, Karotten, Zwiebeln und die Petersilie hinzufügen.
3. Alles bei mittlerer Hitze für eine weitere halbe Stunde köcheln lassen, bis das Fleisch zart ist und das Gemüse durch ist.
4. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und heiß servieren.

ZUBEREITUNG IM SCHNELL-KOCHTOPF:

Arbeitszeit: ca. 20 Minuten / Gesamtzeit: ca. 50 Minuten

1. Das gewürfelte Rindfleisch und die Gemüsebrühe in den Schnellkochtopf geben. Den Deckel schließen und den Topf auf hoher Herdstufe erhitzen, bis der Druck aufgebaut ist.
2. Sobald der Druck erreicht ist, die Herdstufe auf niedrig bis mittel reduzieren und das Ganze für 35 Minuten garen.
3. Nach Ablauf der Zeit den Druck kontrolliert ablassen, den Deckel öffnen und das restliche Gemüse hinzufügen.
4. Den Deckel erneut schließen, auf hoher Herdstufe den Druck erneut aufbauen, dann die Herdstufe auf niedrig bis mittel reduzieren und für weitere 10 Minuten garen.
5. Nach dem Druckablassen mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Suppe heiß servieren.

Nährwerte:

Energie (kcal)	270 kcal
Fett	9 g
Eiweiß	24 g
Kohlenhydrate	26 g
Ballaststoffe	4 g

Bon Appétit!



 rezeptliebe

www.rezeptliebe.net