

Borschtsch

1 kg Beef

rote Beete (ein bis zwei, mehr für die Farbe)

Gemüse: Möhren, Zwiebel, Kartoffel, Paprika, gurke, Tomaten, Weißkohl

Knoblauch, halbe bis ganze Zitrone, Lorbeer, Pfeffer, Schmand/creme fresh

kochen:

großen Topf Wasser heiß machen und kurz vorm aufkochen Fleisch rein tun, Wasser soll Fleisch bedecken.

aufkochen und dann immer heiß lassen, aber nicht Kochen

rote Beete schneiden und schälen. dann geschnittene rote Beete und Salz (zwei EL) rein und eine knappe Stunde kochen, alles was oben schwimmt entsorgen. die Suppe darf niemals ganz kochen, muss aber immer heiß sein

Gemüse in Scheiben schneiden, Pfanne mit Öl anheizen und dann nach und nach das Gemüse rein, Zwiebeln zuerst. mit Pfeffer und Salz würzen und im eigenen Saft in der Pfanne "kochen".

Verhältnis Gemüse Fleisch ist Ansichtssache.

nach einer Stunde kochen in der Pfanne (nicht zu heiß werden lassen!) alles zusammen mit den klein geschnittenen Kartoffeln in den wassertopf, dazu dann einen halben (oder weniger) Weißkohl.

Kartoffeln und Weißkohl klein geschnitten. dazu Lorbeer (je nach Geschmack, nach und nach).

jetzt die rote Beete raus, Knoblauch reiben und kräftig quetschen und unterrühren, Zitrone quetschen und Saft mit rein rühren

dann wieder in die Suppe.

das Fleisch raus nehmen und klein schneiden, wieder zurück in den Topf.

wenn Knochen im Fleisch, dann diese jetzt draußen lassen. (sind für Geschmack gut)

alles weiter kochen, jetzt regelmäßig rühren und dann nach Geschmack nachwürzen, Pfeffer, Salz, Knoblauch.

und wenn es gut schmeckt, Herd abstellen und dann Deckel drauf, und kühlen lassen.

mindestens eine Stunde. oder einfach bis zum nächsten Tag auf den Balkon stellen.

kurz vor dem essen noch mal warm machen.

dann Schmand/Creme fresh und Petersilie o.ä. drauf.

vielleicht auch noch Brot, etwas älter, aber im Ofen noch mal aufgewärmt, mit zum Essen geben.