

Rezept für die Fasnetssupp



So kocht Oma die Fasentsupp:

1,5 kg Rindergulasch in kleine Würfel (ca. 1 cm große) geschnitten

2 Zwiebeln, gehackt

3 Knoblauchzehen

4 TL Paprika edelsüß

$\frac{1}{2}$ TL Koriander

$\frac{1}{2}$ TL Kreuzkümmel

1 Lorbeerblatt

4 EL Tomatenmark

ca. 500 g Tomaten gehackt

ca. 500 g Tomaten passiert

ca. 0,5 l Wasser

je 1 frischer gelber, grüner und roter Paprika, in Würfel geschnitten

800 g Kartoffeln, in Würfel geschnitten

1 Dose Mais

1 Dose Kidneybohnen

Salz, Pfeffer

Einen großen Topf oder Bräter erhitzen. Das Rindergulasch hineingeben und unter gelegentlichem Rühren anbraten, bis es von allen Seiten braun ist. Hitze etwas reduzieren.

Gehackte Zwiebeln und Knoblauch hinzugeben und mit anbraten, bis die Zwiebeln glasig sind. Tomatenmark, Paprikapulver und Gewürze hinzugeben, umrühren.

Gehackte und passierte Tomaten hinzugeben und zugedeckt bei schwacher Hitze im eigenen Saft unter öfterem Umrühren ca. 1 Stunde schmoren.

Gelegentlich überprüfen, ob noch genügend Flüssigkeit vorhanden ist, falls nicht, etwas heißes Wasser oder Brühe nachgießen. Frischen Paprika und Kartoffeln in mundgerechte Stücke schneiden und hinzugeben und nochmal 30 Minuten schmoren. Zum Schluss Mais und Kidneybohnen dazugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und noch ca. 15 Minuten weiterköcheln lassen. Wer es scharf will, kann noch Chilipulver oder scharfes Paprikapulver dazugeben.

Die Suppe mit frischen Kräutern wie Petersilie garnieren. Narri Narro! Und Babbel schleckt sich schon sein Maul.