

Rainer Klutsch Erbsensuppe mit Würstchen

Montag, 12. Februar 2024
Rezept für 4 Personen

Dauer: über 4 Stunden
Schwierigkeitsgrad: leicht
Heimatküche, Grundrezept

Zutaten:

300 g	getrocknete grüne Erbsen
200 g	Möhren
150 g	Sellerie
1	Lauchstange
1	Zwiebel
150 g	durchwachsener Speck
300 ml	Gemüsebrühe
2	Lorbeerblätter
400 g	Kartoffeln, festkochend
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle
1 Paar	Wiener Würstchen
1 Paar	Debreziner Würstchen



Zubereitung:

Bitte beachten: die Erbsen müssen über Nacht eingeweicht werden!

1. Getrocknete Erbsen am Vortag in reichlich kaltem Wasser einweichen, mindestens 12 Stunden quellen lassen. Das Wasser sollte die Erbsen etwa zweifingerbreit bedecken.
2. Am folgenden Tag die Erbsen in ein Sieb abgießen, dabei ca. 500 ml Flüssigkeit auffangen.
3. Möhren und Sellerie waschen, schälen und in etwa 1 cm große Würfel schneiden.
4. Lauch putzen, der Länge nach halbieren, gut waschen und in 5 mm dicke Scheiben schneiden.
5. Die Zwiebel schälen und fein schneiden.
6. Den Speck in feine Würfel schneiden.
7. Speckwürfel in einen großen Topf geben, erhitzen und das Fett auslassen.
8. Zwiebel, Sellerie und Möhren zugeben und kurz anbraten, Lauch zugeben und mitanbraten.
9. Die eingeweichten Erbsen zugeben und direkt mit dem aufgefangenen Einweichwasser ablöschen. Die Gemüsebrühe angießen, Lorbeerblätter zugeben und alles ca. 30 Minuten köcheln lassen.
10. In der Zwischenzeit die Kartoffeln waschen, schälen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden.
11. Kartoffeln zum Eintopf geben, mit etwas Salz und Pfeffer würzen und weitere ca. 30 Minuten leicht köcheln lassen, bis die Erbsen weichgekocht sind.
12. Sollte der Eintopf zu dickflüssig einkochen, noch etwas Gemüsebrühe angießen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Die Erbsensuppe abschmecken, Lorbeerblätter entfernen.
13. Die Würstchen in Scheiben schneiden, in die Suppe geben und darin erhitzen, allerdings nicht mehr kochen lassen. Dann die Erbsensuppe servieren.

Pro Portion: 670 kcal/ 2790 kJ
49 g Kohlenhydrate, 38 g Eiweiß, 35 g Fett