



Schottische Graupensuppe

Man nehme für 8 Portionen:

1000 g gepökelte Rinderbrust
200 g Graupen
2-3 Zwiebeln
300 g Lauch
200 g Möhren
200 g Steckrübe
200 g Grünkohl [TK]
etwas Liebstöckel [getrocknet]
Salz

- Graupen in reichlich Wasser garen (dauert ca. 30 Min.), dann in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen
- Zwiebeln pellen und würfeln (eher grob)
- Lauch putzen und in Ringe schneiden
- Möhren schälen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden
- Steckrübe schälen und in entsprechende Würfel schneiden
- Grünkohl waschen und grob schneiden

Das Rindfleisch in ca. 1,5 Liter Wasser garen. Etwas salzen, damit das Fleisch nicht auslaugt. Das gegarte Fleisch aus der Brühe nehmen und alle Gemüse außer Lauch darin garen (ca. 30 Min.) Das Fleisch etwas abkühlen lassen und in Würfel schneiden. Wenn das Gemüse gar ist, Graupen und Lauch zugeben und ca. 10 Min. kochen. Zum Schluss die Fleischwürfel und Liebstöckel (Vorsicht! – sehr dominant, vor allem frischer) zugeben. Gut durchziehen lassen und mit Salz abschmecken.

Dazu Bere Bannocks oder Oatcakes und natürlich Bier.