

# A gschmackige Frittatensuppe

Ob als Vorspeise oder als eigenständiges Hauptgericht: A gschmackige Frittatensuppe schmeckt zu jedem Anlass - vor allem, wenn sie so zubereitet wird wie in diesem Rezept.

**Verfasser:** kochrezepte.at

**Arbeitszeit:** 45 min

**Koch/Backzeit:** 40 min

**Gesamtzeit:** 1,4 h



## Zutaten

### Für die Suppe

|           |                               |
|-----------|-------------------------------|
| 0.5 kg    | Rindsknochen                  |
| 400 g     | Beinfleisch                   |
| 1 Bund    | Suppengrün                    |
| 1 Stk.    | <a href="#">Karotte</a>       |
| 2 Stk.    | <a href="#">Knoblauchzehe</a> |
| 2 Stk.    | <a href="#">Zwiebel</a>       |
| 10 Stk.   | Pfefferkörner                 |
| 1 Prise   | <a href="#">Salz</a>          |
| 1 Prise   | <a href="#">Pfeffer</a>       |
| 1 Bund    | Schnittlauch                  |
| 5 Blätter | Liebstöckel                   |
| 1.5 l     | Wasser                        |
|           | Öl                            |

## Für die Frittaten

|          |                      |
|----------|----------------------|
| 200 ml   | Milch                |
| 2 Stk.   | <a href="#">Eier</a> |
| 1 Schuss | Mineralwasser        |
| 60 g     | Mehl                 |
| 1 Prise  | Petersilie           |
| 1 Prise  | <a href="#">Salz</a> |

## Zubereitung

1. Für eine **ggeschmackige Frittatensuppe** das Suppengrün und die Karotte putzen, schälen und klein würfeln. Knoblauch schälen und fein hacken. Schnittlauch und Liebstöckel waschen, trocken tupfen und ebenfalls fein hacken.
2. Öl in einem großen Topf erhitzen. Zwiebel (mit Schale!) halbieren und auf den Schnittflächen im heißen Öl scharf anbraten, bis die Schnittflächen fast schwarz geröstet sind.
3. Knochen und Beinfleisch kurz abwaschen und zu den Zwiebeln geben. Kräftig verrühren, anrösten lassen und dann sofort mit Wasser ablöschen. Suppengrün, Knoblauch, Liebstöckl und Pfefferkörner hinzufügen. Salzen, pfeffern und 30 Minuten kochen lassen.
4. Suppe in einen zweiten Topf abseihen und das Öl abschöpfen. Karotten hinzufügen und weitere 10 Minuten kochen lassen. Fleisch in kleine Streifen oder Würfel schneiden und dazugeben.
5. Für die Frittaten einen glatten Teig aus Mehl, Eiern, Milch, Mineralwasser und Petersilie und Salz zubereiten. Öl in einer Pfanne erhitzen und den Teig darin portionsweise zu dünnen Pfannkuchen backen.
6. Die Pfannkuchen herausnehmen und abkühlen lassen. Dann zusammenrollen und quer in dünne Streifen schneiden. In tiefe Teller geben und die Suppe darüber gießen. Mit Schnittlauch bestreuen und servieren.

### Unsere Empfehlung

Bratpfanne 32 cm, mit  
kratzfester Titanium

antihaft-Beschichtung



[hier bestellen](#)



## Tipp

Wer mag, kann die gschmackige Frittatensuppe zusätzlich mit frischer Petersilie verfeinern.