Russische Suppe-Soljanka

Mit dem Rezept für eine russische Suppe-Soljanka lässt sich die klassische Suppe zubereiten, die nicht nur gesund ist, sondern auch superlecker schmeckt!

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 30 min

Koch/Backzeit: 2,0 h

Gesamtzeit: 2,5 h



Zutaten

4 Stk.	Zwiebel
4 Stk.	Paprika
3 Stk.	Pfefferoni (frisch)
5 Stk.	Tomaten
300 g	Krakauer
200 g	Salami
5 Stk.	Senfgurken
300 g	Gulaschfleisch
3 EL	Öl
2 EL	Tomatenmark
200 g	Sauerkraut
2 Stk.	Lorbeerblätter
3 Stk.	Instantbrühe
1 Schuss	Tabasco
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
	Creme Fresh
1.5 l	Wasser

Zubereitung

1. Für die **russische Suppe-Soljanka** als Erstes die Zwiebeln schälen, die Paprika und Pfefferoni waschen, entkernen und alles in kleine Würfel schneiden. Anschließend die Tomaten, die Krakauer, die Salami, die Gurken und das Fleisch in Würfel schneiden.

2. Danach etwas Öl in einen Topf geben und erhitzen. Darin das Fleisch und die Krakauer für etwa drei bis fünf Minuten rundherum anbraten. Jetzt die Zwiebel und die Salami in den Topf geben, gut umrühren und alles nochmals für etwa drei Minuten weiterbraten lassen.

3. Nun nach und nach die Gemüsewürfel zugeben, währenddessen immer gut umrühren, damit nichts anbrennt, ggf. etwas Wasser oder Gurkenessig in den Topf geben.

4. Als Nächstes das Tomatenmark einrühren und den Topf mit dem Wasser aufgießen. Sauerkraut zugeben, umrühren und alles für etwa zwanzig Minuten köcheln lassen.

5. Dann die Instantbrühe einrühren und die Suppe nochmals für ein- bis eineinhalb Stunden köcheln lassen, dabei gelegentlich umrühren.

6. Zuletzt mit Salz, Pfeffer und Tabasco abschmecken. Die Suppe dann auf Teller aufteilen, in jeden Teller einen Klecks Creme Fraiche geben und gleich servieren.

Tipp

In die russische Suppe-Soljanka lassen sich auch noch andere Gemüsesorten geben. Ganz nach eigenem Belieben und was zu Hause gerade vorrätig ist. Ein paar Scheiben frisches Schwarzbrot schmecken dazu einfach traumhaft.