

# RINDFLEISCHINTOPF

## ZUTATEN

400 g Suppenfleisch  
1200 ml Wasser  
2 Lorbeerblätter  
2 Gewürznelken  
1 Zitrone  
1 Zwiebel

200 g Zuckerschoten  
50 g Staudensellerie  
150 g Möhren  
100 g Lauch  
250 g gelbe Linsen  
Salz, Pfeffer

## ZUBEREITUNG

Das Suppenfleisch mit dem Wasser und etwas Salz zum Kochen bringen. Die Hitze bis auf ein leichtes Simmern reduzieren. Die Lorbeerblätter und Gewürznelken zur Brühe geben und das Fleisch etwa 45 bis 60 Minuten leicht simmern lassen. Den Schaum immer wieder abnehmen. (Tipp: Bei einer Kerntemperatur zwischen 80 und 85 °C ist das Fleisch fertig.)

In der Zwischenzeit die Zitrone waschen und trocken tupfen. Die Schale abreiben. Die Zwiebel schälen, halbieren und in Streifen schneiden. Die Zuckerschoten abwaschen und halbieren. Den Staudensellerie waschen. Die Blätter abzupfen und zur Seite stellen. Die Selleriestangen in dünne Scheiben schneiden. Die Möhren schälen und den Lauch waschen und putzen. Beides ebenfalls in Scheiben schneiden.

Das Suppenfleisch aus dem Topf nehmen und Lorbeerblätter und Nelken herausfischen. Zwiebeln, Staudensellerie, Möhren und Lauch in die Brühe geben. Die Linsen kurz abwaschen und ebenfalls dazugeben. Alles für 15 Minuten köcheln lassen. Kurz vor Ende der Garzeit die Zuckerschoten mit in den Eintopf geben.

Während der Kochzeit, das Fleisch in fingerdicke Scheiben und anschließend in Streifen schneiden. Die Suppe mit Salz abschmecken und das Fleisch wieder hinzugeben.



## RINDFLEISCHEINTOPF

**Tipp:** Die Suppe schmeckt super mit Roggenbrot. Für einen passenden Aufstrich fünf Champignons putzen und sehr fein schneiden. Drei bis vier Walnüsse ebenfalls fein hacken. Beides in einer Pfanne mit etwas Rapsöl etwa fünf Minuten anbraten. Die Blätter vom Staudensellerie fein schneiden und unterheben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf dem Brot zur Suppe servieren.