



# Borschtsch

 Zeit gesamt  
1h 40min

 Zubereitungszeit  
20min

 Schwierigkeit  
Mittel



## Zutaten

für 4 Portionen

Suppengemüse	2 Bund
Zwiebeln, gelb	2 St.
Rindersuppenfleisch am Stück	1 kg
Salz	1 EL
Rote Bete, vorgegart	500 g
Karotten	4 St.
Lauch	1 St.
Sonnenblumenöl	2 EL
Speckstreifen	100 g
Pfeffer, schwarz	
Zucker	
Essig	2 EL
Tomatenmark	2 EL
Lorbeerblätter, getrocknet	2 St.
Schnittlauch, frisch	10 g
saure Sahne	100 g

## Zubereitung

 Küchenutensilien

großer Topf mit Deckel, Sieb

1. Suppengemüse waschen, ggf. schälen und in grobe Würfel schneiden. Zwiebeln halbieren, schälen und fein würfeln. Fleisch waschen und trocken tupfen.
2. In einem Topf Fleisch und Gemüse mit 2,5 l kaltem Wasser übergießen. Alles zusammen aufkochen, salzen und zugedeckt auf mittlerer Stufe ca. 1 Std. köcheln lassen.
3. Rote Bete abgießen und grob raspeln. Karotten schälen, Enden entfernen und ebenfalls grob raspeln. Porree längs halbieren, Wurzelenden entfernen, in Ringe schneiden und in einem Sieb waschen.
4. Fleisch aus der Brühe nehmen und klein schneiden. Fleischbrühe durch ein Sieb gießen und Flüssigkeit auffangen.
5. In dem Topf Öl auf hoher Stufe erhitzen und Rote Bete, Karotten und Porree mit Speckstreifen ca. 5 Min. anbraten. Mit Salz, Pfeffer, Zucker, Essig und Tomatenmark würzen, mit der Fleischbrühe aufgießen. Lorbeer und Fleisch zufügen und zugedeckt ca. 10 Min. köcheln.
6. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in Röllchen schneiden. Borschtsch abschmecken und mit einem Klecks saurer Sahne und Schnittlauch anrichten.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 795 kcal

---

Kohlenhydrate 46 g

---

Eiweiß 59 g

---

Ballaststoffe 10 g

---

Fette 42 g

---