

Hackfleisch Lauch Suppe mit Reis



Foto und Rezept von Elvira Preiß

Zutaten:

1 Zwiebel
500 g Hackfleisch
1 Paprika in Streifen
3 Stangen Lauch im Multi in Ringe schneiden
1 Tasse Reis
1 ltr. Brühe
Saure Sahne
Schmelzkäse
Gewürze

Zubereitung:

1 Zwiebel würfeln und in 1 Essl. Öl in der CC auf 140 Grad andünsten (Kochröhrelement).

Hackfleisch zugeben und anbraten.

Lauch und Paprika zufügen und noch kurz mitdünsten.

Dann mit der Brühe ablöschen und Gewürze zugeben, Salz Pfeffer

evtl. Chinagewürz wer mag.

Den Reis zugeben und das ganze 30 Minuten auf 90 bis 100 Grad köcheln .

Schmelzkäse und saure Sahne zufügen verrühren und noch mal kurz kochen.

Hackfleisch-Lauch-Suppe



Rezept und Foto von Stefanie Ganzevoort

Zutaten:

6 Stangen Lauch

3 große Kartoffeln

1 kg Hackfleisch

1,5 – 2 Liter Gemüsebrühe

1 Becher Schmelzkäse Sahne

1 Becher Schmelzkäse Kräuter

Petersilie

Salz, Pfeffer. Cayennepfeffer

Zubereitung:

Die Lauchstangen im Multi in Scheiben hobeln.

Die Kartoffeln raspeln.

Im Topf das Hackfleisch mit dem Flexi oder Koch-Rühr-Element portionsweise andünsten.

Lauch und Kartoffeln dazu, ebenfalls andünsten.

Anschließend die Gemüsebrühe dazu geben und bei 100 Grad mit Flexi und Intervall 3 für 1,5 Stunden mit Spritzschutz köcheln lassen.

Die Schmelzkäsebäcker einrühren und mit den Gewürzen abschmecken, Petersilie hinzugeben.

Mit Baguette servieren