

SUPPE MIT EISBEIN UND BOHNEN

SUPPE MIT EISBEIN UND BOHNEN

Da wir ja nur zu zweit essen hat das Eisbein für die Suppe mit Rosenkohl für zwei Tage gereicht. Und weil ich gerne ein bisschen variere habe ich die Brühe geteilt und am nächsten Tag nochmal diese etwas andere Suppe mit Eisbein und Bohnen daraus gezaubert. Das Fleisch diesmal mit in der Suppe, dazu ein paar Champignons und weiße Bohnen. Kräftig im Geschmack und wärmt!



Zutaten für 4 Personen:

1 Eisbein, gepökelt, 1,5kg

3 Karotten

2 Zwiebeln

2 Lorbeerblätter

5 Pimentkörner

Pfeffer & Salz

1 Zitrone

250g Rosenkohl

250g Champignons

340g weiße Bohnen, hier aus der Dose (Abtropfgewicht)

Zubereitung:

Die Vorgehensweise ist die Gleiche wie schon beschrieben. Das Eisbein wird mit 4 L Wasser in einen großen Topf gegeben. Salz, 1 TL zerstoßene Pfefferkörner und die zerstoßenen Pimentkörner zusammen mit den Lorbeerblättern in den Topf zufügen. Die Zwiebeln schälen und vierteln und die Karotten in grobe Stücke schneiden. Das Wasser einmal sprudelnd aufkochen und dann für 2,5-3 Stunden leicht köcheln lassen. Das Eisbein aus der Suppe nehmen und beiseite stellen und das Gemüse mit der Schaumkelle ebenfalls aus der Suppe heben.



Die Bohnen, die halbierten Rosenkohlröschen und die geviertelten Champignons in die Suppe geben und 10 Minuten köcheln lassen bis der Rosenkohl gar ist. Das Fleisch vom Eisbein zupfen und mit in die Suppe geben. Alles mit Pfeffer, Salz und Zitronensaft abschmecken und die Suppe mit Eisbein und Bohnen auf tiefe Teller verteilen.

Perfekt für kalte, graue Tage!



KRÄFTIGE SUPPE MIT EISBEIN UND ROSENKOHL

KRÄFTIGE SUPPE MIT EISBEIN UND ROSENKOHL

Man glaubt es kaum – pünktlich zum Jahreswechsel steht der Winter vor der Tür. Da darf es auch mal ein kräftiges Süppchen sein. Eine Suppe mit Eisbein und Rosenkohl um genau zu sein. Das Schöne – die Suppe kocht sich fast von alleine und reicht gut und gerne für 4 Personen – bei uns also für zwei Tage. Als Einlage hat auch noch ein übrig gebliebener Semmelknödel seinen Weg in

den Topf gefunden. Am zweiten Tag habe ich dann nochmal etwas mit weißen Bohnen variiert, das Rezept folgt in Kürze. Und wer sich jetzt über den zarten Lila-Ton in der Brühe wundert – das passiert, wenn man die Suppe mit violetten Ur-Karotten kocht. Schmeckt gut, ist optisch aber nicht ganz optimal.



Zutaten für 4 Personen:

1 Eisbein, gepökelt, 1,5kg

3 Karotten

2 Zwiebeln

2 Lorbeerblätter

5 Pimentkörner

Pfeffer & Salz

1 Zitrone

250g Rosenkohl

2 Semmelknödel

2 TL Senf

1 EL Orangenmarmelade

Zubereitung:

Das Eisbein mit 4 L Wasser in einen großen Topf geben. Salz, 1 TL zerstoßene Pfefferkörner und die zerstoßenen Pimentkörner zusammen mit den Lorbeerblättern in den Topf geben. Die Zwiebeln vierteln und die Karotten in grobe Stücke schneiden. Das Wasser einmal sprudelnd aufkochen und dann für 2,5-3 Stunden leicht köcheln lassen. Das Eisbein aus der Suppe nehmen und beiseite stellen und das Gemüse mit der Schaumkelle ebenfalls aus der Suppe heben.



Das Fleisch kurz etwas abkühlen lassen und dann vom Knochen lösen. In kleine Stücke zupfen. Die Marmelade mit dem Senf vermischen und das Fleisch damit vermengen.



Die Rosenkohlröschen vom Strunk befreien, die äußeren Blätter entfernen und die Röschen halbieren. Die Suppe aufkochen, den Rosenkohl hinein geben und in etwa 5-7 Minuten kochen bis die Röschen gar sind. Auf die letzten 1-2 Minuten den klein gewürfelten Knödel dazu geben. Ich hatte den Rosenkohl hier nicht halbiert und das war Mist - er ist nämlich in der Mitte ewig heiß geblieben.

Suppe und Fleisch getrennt voneinander anrichten.

Das wärmt und schmeckt!



ASIA NUDELPFANNE MIT EISBEIN UND KNOBLAUCH

Asia Nudelpfanne mit Eisbein und Knoblauch

Asiatische Nudelpfanne gehört zu den Gerichten die immer gehen. Zuhause ist sie weit von ihrem fettigen Imbissverwandten entfernt - ein paar frische Pilze, viel Knoblauch, etwas Chili und zartes Schweinefleisch sind für diese Variante perfekt. Ich habe die Reste vom Eisbein verwendet und damit in kaum mehr als 10 Minuten ein leckeres Essen gezaubert. Es gehen aber auch so ziemlich alle anderen Bratenreste!



Zutaten für 2 Personen:

250g Bratenreste

5 Knoblauchzehen

5 Champignons

1 Zwiebel

etwas Erdnussöl

1 Bund Mangold (7-8 Blätter)

150g Mie-Nudeln

150ml Sud vom Eisbein kochen oder milde Gemüsebrühe

4 EL Austernsauce

1 Limette

Zubereitung:

Im Wasserkocher ca. 1L Wasser zum kochen bringen. Die Mie Nudeln in eine Schüssel legen und mit dem kochenden Wasser übergießen. Sie müssen je nach Packungsanleitung 5-8 Minuten ziehen.

Knoblauch und Zwiebel schälen und mit der Chili und den Pilzen klein schneiden. Das Fleisch und die Pilze in den Wok geben und mit etwas Erdnussöl erhitzen. Zwiebelwürfel, fein gehackte Chili und Knoblauchscheiben dazu geben. Den klein gezupften Mangold und den Sud vom Eisbein kochen, oder die Brühe, zufügen. Gut umrühren bis der Mangold zusammenfällt.



Mit Austernsauce und Limettensaft abschmecken. Die gequollenen Nudeln in den Wok geben und noch 2 Minuten ziehen lassen.



Auf die Schüsseln verteilen und heiß servieren.

Ein leckeres Resteessen!



EISBEIN MIT KÜRBIS AUS DEM OFEN

Eisbein mit Kürbis aus dem Ofen

Eisbein gehört zu den Gerichten mit denen man automatisch Erbspüree verbindet. Nichts gegen Erbsen, aber mit dem klassischen Berliner Eisbein lockt man mich nur an wenigen Tagen an den Tisch. Knusprige Krusten sind hingegen etwas das ich liebe... genau so wie das zarte Fleisch vom gekochten Eisbein. Also wird mit Inspiration von Hugh Fearnley-Whittingstall experimentiert - und das mit Erfolg. Die Eisbeine habe ich 3 Stunden im Ofen gekocht, danach wurde die Schwarte abgezogen und gegrillt während das gezupfte Fleisch mit ein paar Kürbisspalten eine Etage tiefer fertig geröstet ist. Zum hineinlegen - und was es mit dem Rest gibt seht ihr in wenigen Tagen!



Zutaten für 3-4 Personen:

2 Eisbeine, ca. 2,5kg

3 Stangen Staudensellerie

3 Karotten

2 Zwiebeln

3L Wasser

1/2 Hokkaido Kürbis

Pfeffer & Salz

3 EL englische Orangenmarmelade

6 Blätter Salbei

Optional:

etwas grüner Salat, Essig, Öl

Brot

Zubereitung:

Die Eisbeine mit dem grob gewürfelten Staudensellerie, den geviertelten Zwiebeln und den Karottenscheiben in den Bräter legen. Den Backofen auf 180°C vorheizen. Im Wasserkocher insgesamt 3 Liter Wasser zum kochen bringen und über die Eisbeine gießen. Den Bräter verschließen und für 3 Stunden in den Ofen schieben. In dieser Zeit muss absolut nichts weiter gemacht werden.



Wenn die Zeit um ist wird der Bräter aus dem Ofen geholt. Das Fleisch aus dem Sud heben und etwas abkühlen lassen. Den Kürbis in Spalten schneiden und auf ein Backblech geben.



Die Schwarte sehr vorsichtig von den Eisbeinen lösen und auf das Grillgitter legen. Kräftig salzen. Das Fleisch vom Knochen zupfen (es ist super zart) und zum Kürbis auf das Blech geben. Die Marmelade in einer Suppenkelle vom Sud auflösen und das Fleisch salzen, pfeffern und mit dieser Sauce vermengen. Den Salbei dazu legen und das Blech mittig in den Ofen schieben. Das Grillblech mit der Schwarte darüber einschieben. Den Ofen auf 200°C Oberhitze / Grillfunktion umschalten. So lange grillen bis die Schwarte ploppt und knusprig wird.

Den Salat klein schneiden und mit etwas Essig und Öl anmachen. Das Brot je nach Geschmack im Ofen mit anrösten.



Den Salat auf die Teller verteilen und das Fleisch darauf platzieren. Je nach Lust und Laune etwas Brot dazu reichen.

Das Fleisch ist super zart, die Schwarte wunderbar kross und der Salat bringt ein bissl Frische auf den Teller.

Eisbein mal anders!

