

Gräupcheneintopf mit Kohlrabi aus Omas Küche

written by Karin Knorr | 6. August 2016



Immer wieder stelle ich fest, dass wir die Gerichte unserer Eltern und Großeltern gar nicht mehr kochen. Warum ist das so? Kennen wir die Rezepte nicht mehr, sind sie zu aufwendig? Was meinen Sie? Da meine Mama gerade einige Tage zu Besuch ist, haben wir uns ein wenig in die Kindheit begeben und geschaut, was unsere Lieblingsgerichte waren. Der Gräupcheneintopf gehörte dazu. Gemeinsam mit der Mama kochte ich ihn und auf meinem YouTube-Kanal können Sie schauen, wie er gelungen ist ☐

Zutaten für 4-6 Personen

- 1 Kilo Fleisch vom Schwein (Rippchen, Eisbein, Kamm oder Schulter)
- 200 g Perlgräupchen
- 2 große Kohlrabi
- 2 Möhren
- 6 Kartoffeln
- 1 Zwiebel
- 1 Chilischote
- 3 Lorbeerblätter

- 2 TL Wacholderbeeren
- 2 TL Salz, 1 TL Pfeffer
- 1 Prise Zucker

Zubereitung

Das Fleisch mit der Zwiebel, Salz, Pfeffer, Lorbeerblätter und Wacholderbeeren in 1,5 Liter Wasser kochen, bis es weich ist. In der Zwischenzeit wird das Gemüse und die Kartoffeln in kleine Würfel geschnitten. Nach etwa 60 bis 90 Minuten das Fleisch aus der Brühe nehmen. Jetzt geben wir das Gemüse und die Perlgraupen in den Topf. Nochmals mit circa 1 Liter Wasser auffüllen. Etwa 10 Minuten vor Schluss das klein geschnittene Fleisch dazu tun. Nach ungefähr 30 Minuten sind Kartoffeln, Kohlrabi und Graupen weich. Die Suppe noch einmal abschmecken und mit Kräutern garnieren. Hier passt gut Petersilie oder Zwiebellauch.

Tipps: Die Suppen mit Fleisch gekocht, brauchen etwas länger. Wer einen Schnellkochtopf hat, kann diesen verwenden und spart somit Zeit. Man könnte das Fleisch auch schon am Abend vorher kochen oder eine größere Menge nehmen und einen Teil davon einfrieren.

Dieses Rezept könnte Sie auch interessieren: [Kartoffelsuppe nach Omas Rezept](#)

Ich hoffe, Sie hatten ein wenig Freude, mit mir in Kindheitserinnerungen zu schwelgen. Was sind Ihre Erinnerungen an Großeltern oder Eltern? Schreiben Sie gern in den Kommentaren.

Haben Sie eine schöne Zeit

Ihre Karin Knorr