



Klare Brühe mit Flädlestreifen

Zeit gesamt
🕒 2h

Zubereitungszeit
🕒 20min

Schwierigkeit
👩‍🍳 Mittel



Zutaten

für 4 Portionen

Rindersuppenfleisch am Stück	500 g
Suppengemüse	1 Bund
Lorbeerblätter, getrocknet	2 St.
Pfeffer, schwarz	
Petersilie, frisch	20 g
Milch	125 ml
Eier	1 St.
Weizenmehl, Type 405	50 g
Butter	1 TL
Frühlingszwiebeln	1 Bund

Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf, Sieb, Küchenkrepp

1. Fleisch waschen und in einem Topf mit 1,5 l Wasser aufkochen. Inzwischen Suppengemüse waschen, ggf. Enden entfernen und grob würfeln. Schaum von der Brühe abschöpfen.
2. Suppengemüse, Lorbeer, Pfeffer und 1 TL Salz zufügen und die Brühe anschließend auf niedriger Stufe zugedeckt ca. 90 Min. köcheln lassen.
3. Inzwischen Petersilie waschen, trocken schütteln, grobe Stiele entfernen und fein hacken. Für den Flädleteig in einer Schüssel Milch, Ei, Salz und Petersilie verquirlen. Mehl nach und nach unterrühren, bis ein glatter Teig entsteht. Ca. 10 Min. quellen lassen.
4. In einer Pfanne 1 TL Butter auf niedriger bis mittlerer Stufe schmelzen und darin 2 dünne Omeletts ca. 1–2 Min. von jeder Seite backen. Aufrollen und auskühlen lassen.
5. Frühlingszwiebeln waschen, Wurzelenden entfernen und in feine Ringe schneiden. Brühe durch ein Sieb in einen sauberen Topf passieren. Fleisch entnehmen, etwas abkühlen lassen, in mundgerechte Würfel schneiden und wieder zufügen. Erneut aufkochen und Frühlingszwiebelringe darin ca. 2 Min. garen. Omelettrollen in Streifen schneiden und auf Schalen oder tiefe Teller verteilen. Heiße Brühe darübergeben und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	326 kcal
Kohlenhydrate	18 g
Eiweiß	29 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	15 g