# Graupensuppe mit Kassler und Steckrüben

Ein Rezept von Mario Kotaska

**Zutaten (für vier Portionen):**

Gemüsebrühe (ergibt circa 1,5 Liter Brühe)
3 große Möhren
150 g Knollensellerie
1 Stange Porree
1 Stück Petersilienwurzel
1 große Speisezwiebel
2 Lorbeerblätter
1 TL schwarze Pfefferkörner
2 EL Pflanzenöl
1 TL Salz
(Alternativ: 1,5 Liter fertige Gemüsebrühe)

Suppe
150 g Perlgraupen
4 Scheiben Kassler (gepökelt und geräuchert, je circa 100 g)
2 EL Butter
1 Speisezwiebel
1 Knoblauchzehe
3 Lorbeerblätter (für Suppe und Graupen)
1 große Möhre
1 Stange Porree
150 g Knollensellerie
1 kleine Steckrübe (circa 500 g)
Salz, Pfeffer

Außerdem
3 l Wasser (für Brühe und Graupen)
1 Bund glatte Petersilie (für Brühe und Suppe)
100 ml Pflanzenöl (zum Frittieren)
Salz

**Zubereitung (circa 90 Minuten):**

Für die selbstgemachte Gemüsebrühe Möhren, Knollensellerie, Porree, Petersilienwurzel waschen, putzen, schälen und in kleine Stücke schneiden. Die Speisezwiebel schälen und grob hacken. Die Gemüsestücke in etwas Pflanzenöl anschwitzen.

Die Pfefferkörner, ein Drittel der glatten Petersilie, Lorbeerblätter und einen Teelöffel Salz dazugeben und zwei Liter Wasser hinzufügen. Die Brühe für 40 bis 45 Minuten offen kochen lassen. Danach bei niedriger Hitze warmhalten. (Die Verwendung von fertiger Gemüsebrühe aus dem Glas reduziert die Gesamtzubereitungszeit etwa um die Hälfte.)

In der Zwischenzeit die Perlgraupen in einem Sieb unter kaltem Wasser gründlich abspülen. Die Perlgraupen in einem Topf mit einem Liter Wasser, einer Prise Salz und einem Lorbeerblatt für etwa 20 Minuten bissfest köcheln lassen, abgießen, mit kaltem Wasser abschrecken und beiseitestellen.

Für die Suppe nun die Butter in einem großen Topf zum Schmelzen bringen und darin eine feingewürfelte Speisezwiebel glasig anschwitzen. Eine geriebene Knoblauchzehe, zwei Lorbeerblätter und die vier Kasslerscheiben zum Ansatz mitdazugeben. Die selbstgemachte Gemüsebrühe durch ein Sieb auffüllen, bis die Kasslerscheiben bedeckt sind und in der Brühe schwimmen.

Möhre, Sellerie, Porree und Steckrübe schälen und in kleine, mundgerechte Stücke schneiden. Einen kleinen Teil der Steckrübe fürs Steckrübenstroh zurückhalten. Das Gemüse zur Suppe geben und weitere Brühe auffüllen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Circa 20 Minuten köcheln lassen, bis das Gemüse weich, aber noch bissfest ist. Die Lorbeerblätter entfernen. Die Kasslerscheiben herausnehmen, in kleine Würfel schneiden und mit den gekochten Graupen zur Suppe geben. Alles noch einmal fünf Minuten durchziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den zurückgehaltenen Teil der Steckrübe dünn hobeln und dann in sehr feine Streifen schneiden. Die feinen Streifen für eine Minute in kochendes Wasser geben, gründlich abtropfen lassen und trocken tupfen. Das Pflanzenöl auf 170 Grad erhitzen und die Steckrübenstreifen darin frittieren. Auf Küchenpapier entfetten, etwas Salz darüberstreuen und für die Garnitur bereithalten.

Die restlichen Petersilienstängel fein hacken und zur Suppe geben. Die fertige Suppe in tiefen Suppentellern oder Terrinen anrichten und mit dem Steckrübenstroh großzügig garnieren.

**Nährwerte pro Portion:**

470 kcal – 17 g Fett – 40 g Eiweiß – 35 g Kohlenhydrate