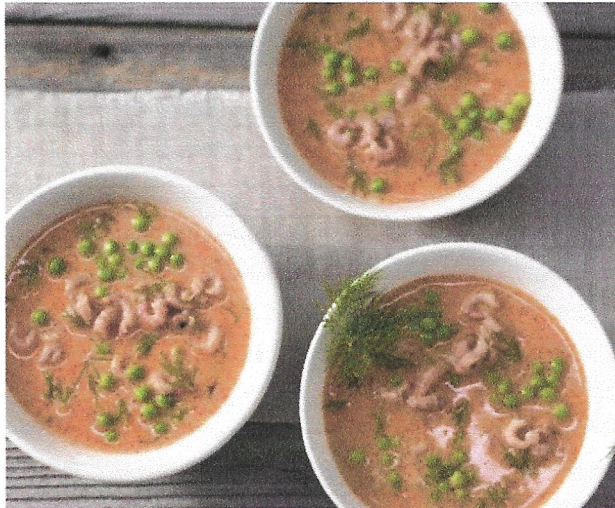


Grüne Krabbensuppe



ZUTATEN

2 Zwiebeln
2 Möhren
40 g Butter
1 Stck. Speckschwarte
750 ml heiße Fleischbrühe
1 EL getr. Bohnenkraut
1 TL getr. Estragon
450 g TK Erbsen
Salz, Pfeffer
140 g Krabben
150 ml Weißwein
125 ml Schlagsahne
100 ml Sekt

Die Zwiebeln und die Möhren schälen, Zwiebeln hacken, Möhren in Würfel schneiden. Die Butter erhitzen und die Speckschwarte darin anbraten. Zwiebeln und Möhren zugeben und unter Rühren 5 Minuten braten. Dann die heiße Fleischbrühe angießen, mit Bohnenkraut und Estragon würzen und 10 Minuten köcheln lassen. Die Erbsen zufügen und weitere 15 Minuten köcheln. Speckschwarte entfernen und die Suppe pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, die abgetropften Krabben zur Suppe geben und 5 Minuten darin ziehen lassen. Den Weißwein und die Sahne unterrühren und nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Suppe vom Herd nehmen, den Sekt angießen und die Suppe sofort servieren.

Serviertipp: Mit Minze und Estragon garnieren.

Also anstatt Speckschwarte würde ich gleich Speckwürfen nehmen und auch später drin lassen. Zwiebeln und Möhren kurz etwas zerkleinern und mit Speck anbraten, dann weiter wie oben beschrieben.

Labskaus



ZUTATEN

- 340 g Corned Beef aus der Dose, alternativ: 500 g gepökelte Rinderbrust
- 1 kg Kartoffeln, mehlig kochend
- 500 g Rote Beete, eingelegt
- 200 ml Gemüsebrühe
- 2 Lorbeerblätter
- 3 Zwiebeln
- 4 Gewürzgurken
- 2 EL Gurkenflüssigkeit, von den Gewürzgurken
- Rapsöl
- Salz und Pfeffer
- 1 Prise Gewürznelken, gemahlen
- 4 Eier
- 4 Matjesfilets, alternativ 4 Bismarckheringe oder Rollmops

ANLEITUNGEN

- Die geschälten und in kleine Stücke geschnittenen Kartoffeln mit den Lorbeerblättern in Salzwasser garen.
- Fein gewürfelte Zwiebeln ca. 10 Minuten auf mittlerer Flamme in Öl dünsten, das Corned Beef dazu geben, zerteilen und erhitzen. Die Hälfte der eingelegten Rote Beete ebenfalls würfeln und mitdünsten sowie etwas Gurkenflüssigkeit angießen. Lasse alles 5 Minuten lang köcheln.
- In einem separaten Topf die Gemüsebrühe erhitzen und die gegarten Kartoffeln hinzugeben. Alles grob zu einem Kartoffelbrei zerstampfen. Dann die Fleisch-Beete-Zwiebelmasse unterrühren, alles mit den Gewürzen abschmecken und warmhalten.
- Jetzt die vier Spiegeleier braten.
- Zum Servieren den Labskaus-Brei mit jeweils einem Spiegelei, einem Matjesfilet, etwas roter Beete und Gewürzgurke anrichten.

Schwedische Sommersuppe



Zutaten für 4 Portionen:

3 große Kartoffel(n)

1 Stange/n Lauch

2 EL Butter

¾ Liter Gemüsebrühe

200 g Lachsfilet(s)

100 ml Sahne

3 EL Dill, gehackter

Die Kartoffeln waschen, schälen und in Würfel schneiden. Den Lauch waschen und in Ringe schneiden. Beides in zerlassener Butter leicht anbraten. Die Gemüsebrühe dazugeben und alles 15 Min. kochen. Evtl. mit dem Pürierstab ganz leicht pürieren (nur ein paar Impulse). Den Lachs in mundgerechte Würfel schneiden und zu der Suppe geben. Alles noch einmal 5 Min. ziehen lassen. Die Suppe mit Sahne verfeinern und mit Dill bestreuen. Heiß servieren.

Arbeitszeit ca. 15 Minuten

Koch-/Backzeit ca. 15 Minuten

Gesamtzeit ca. 30 Minuten

Schwierigkeitsgrad normal