

Notiz zu Suppen

Suppen und Eintöpfe sind am einfachsten zu kochen. Ihr braucht nur einen Topf, in den kommt alles rein. Manchmal ist es praktisch zusätzlich in einer Pfanne noch was anbraten zu können, bevor es in den Topf kommt. Bei 50 Leuten werden, wenn es nichts anderes dazu gibt, 25 Liter Suppe/ Eintopf benötigt, der Topf sollte mit etwas Platz also mindestens 30 Liter fassen.

DAS VERHÄLTNIS von Gemüse und gehaltvollen "Sattmachern" wie z.B. Kartoffeln oder Linsen zu der Flüssigkeit ist ungefähr 60:40.

Beispiel: 10 kg Gemüse, 5 kg Kartoffeln o. Linsen bzw. Hülsenfrüchte bräuchten so 10 Liter Wasser (evtl. mit Gemüsebrühe).

GRUNDSÄTZLICH GIBT ES ZWEI MÖGLICHKEITEN bei der Suppenzubereitung (immer mit Beschleunigungs-Variante)

A) Einfach das Gemüse in den Suppentopf geben, einölen und unter ständigem Rühren so viel (kochendes) Wasser dazu tun, bis es völlig bedeckt ist. Wenn ihr keinen zweiten Topf habt, dann mit kaltem Wasser auffüllen, dauert jedoch länger.

B) Wasser im Suppentopf aufkochen und nach und nach Gemüse portionsweise in einer extra Pfanne anbraten und in den Topf dazugeben. Damit ist alles immer schön angebraten und das Risiko, dass das Gemüse im Suppentopf anbrennt liegt bei 1%.

PÜRIEREN: Mit etwas Geduld wird kleingeschnittenes Gemüse auch ohne Pürieren zu Brei und macht satt. Ansonsten mit Pürierstab oder Kartoffelstampfer cremig machen, evtl. auch eine kleine Menge abnehmen und in einem kleineren Topf pürieren und wieder zurück kippen.

ANDICKEN: Mehl mit kaltem Wasser verrühren u. langsam, unter ständigem Rühren in die kochende Suppe gießen.

GESCHMACK: Alle möglichen Kräuter, Lauch, Petersilie, viel Knoblauch, Brühe, Lorbeerblätter, Pfefferkörner, Sellerie, Tomatenmark.

SPEZIALTIPPS:



#17 Suppe soll nicht wegschwimmen, deswegen packt 'ne ordentliche Menge Gemüse mit dazu, vielleicht auch zusätzlich Brot servieren.

#18 Suppe zu dünn? Rote Linsen dazu kippen. Die müssen ca. 15 min kochen.

#19 Viel Knoblauch zerdrücken dauert lange – Tipp: ganze Zehen mit Öl und Stabmixer pürieren!

Version #1

Erstellt: 2026-05-07 17:29:44 UTC von sasha

Zuletzt aktualisiert: 2026-05-07 17:30:05 UTC von sasha