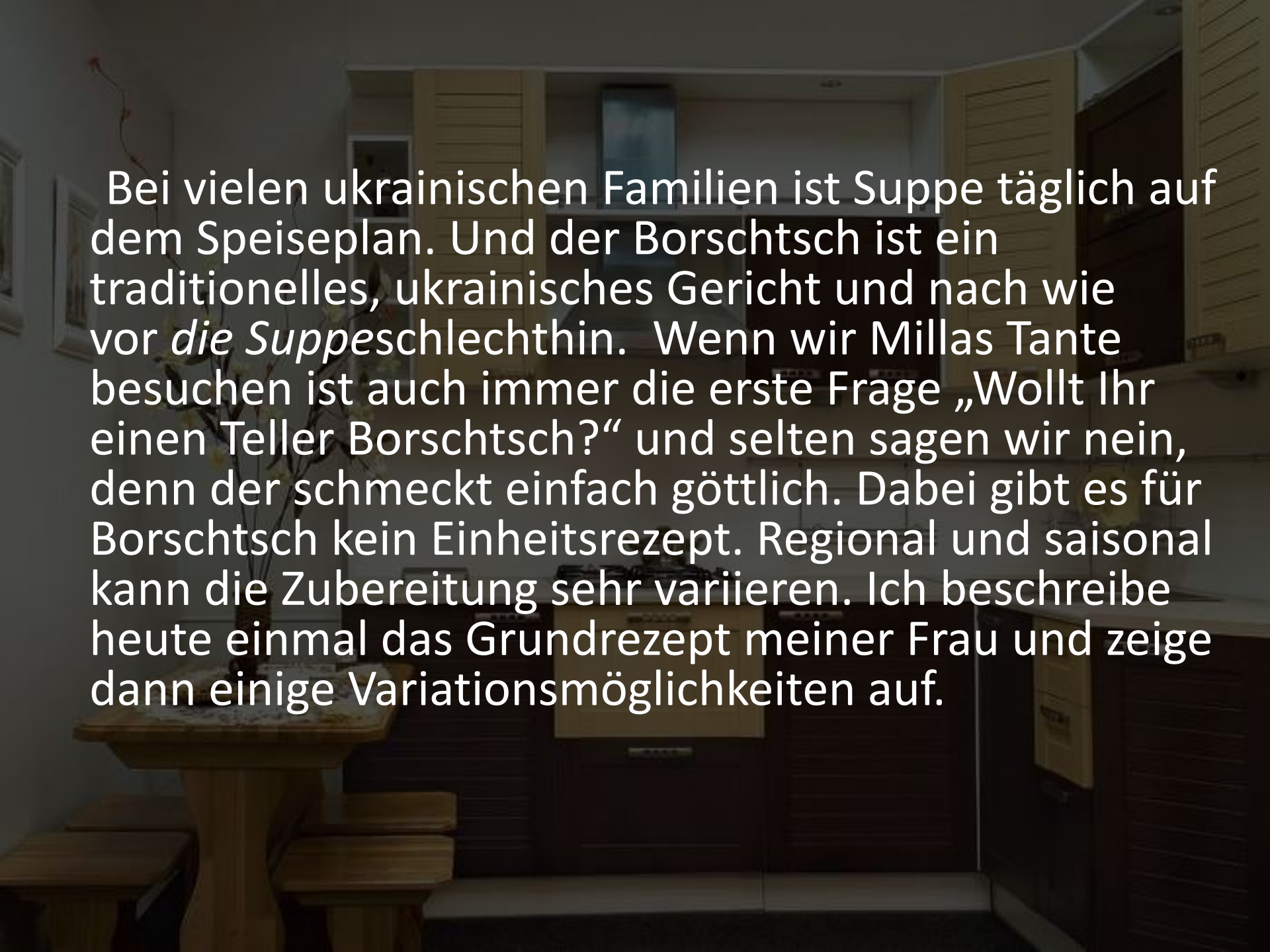




Ukrainische Küche: Borschtsch

The background image shows a kitchen with light-colored wooden cabinets and a dark countertop. In the foreground, there is a wooden table with a vase containing dried flowers. The text is overlaid on this image.

Bei vielen ukrainischen Familien ist Suppe täglich auf dem Speiseplan. Und der Borschtsch ist ein traditionelles, ukrainisches Gericht und nach wie vor *die Suppeschlechthin*. Wenn wir Millas Tante besuchen ist auch immer die erste Frage „Wollt Ihr einen Teller Borschtsch?“ und selten sagen wir nein, denn der schmeckt einfach göttlich. Dabei gibt es für Borschtsch kein Einheitsrezept. Regional und saisonal kann die Zubereitung sehr variieren. Ich beschreibe heute einmal das Grundrezept meiner Frau und zeige dann einige Variationsmöglichkeiten auf.

Die Zutaten für 6 Teller Borschtsch

1. Fleisch:

Da geht die Vielfalt schon los. Ob Rind, Schwein, Lamm, Ziegenfleisch oder Geflügel, es geht fast alles. Bei Geflügel bieten sich die Keulen oder Flügel an, gern nehmen wir Rippchen vom Schwein. Denn Knochen sollten dabei sein, das ist geschmacklich sehr zu empfehlen – aber wie gesagt, kein Muss. 400g Fleisch sollten es schon sein.



2. Gemüse:

- Ein kleinerer Weißkrautkopf, ca. 400g
- 2 Rote Beete, es geht auch Rote Beete aus dem Glas
- 2 Karotten
- 5 große Kartoffeln
- 1 große Zwiebel
- ½l Tomatensaft oder 5–6 Tomaten
- 1 großer Löffel Tomatenmark



3. Gewürze:

- Salz
- Pfeffer
- Paprika
- Dill
- Petersilie
- 3 Lorbeerblätter
- Zucker oder 2 Nelken
- saure Sahne oder Creme Fraiche



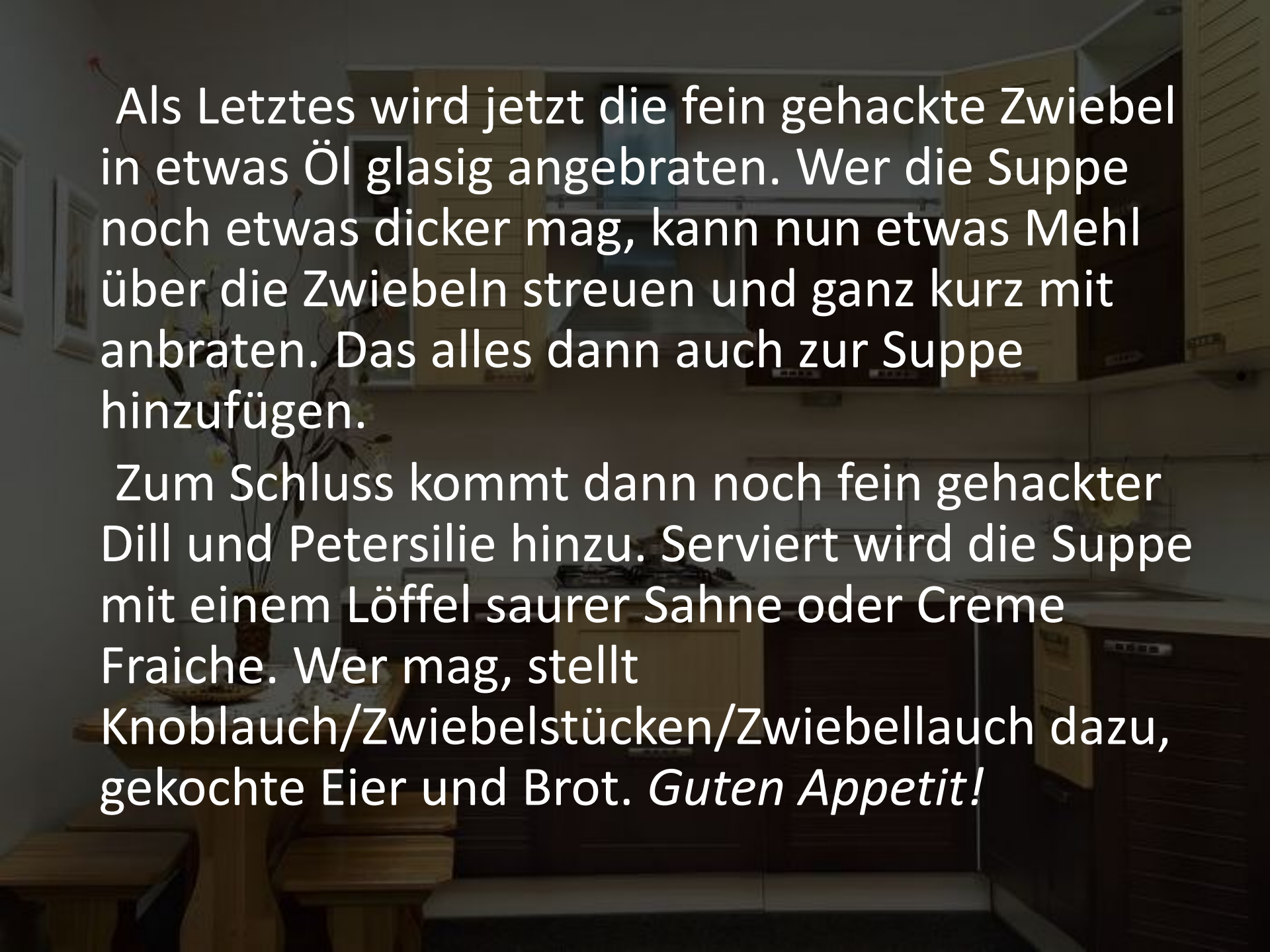
Zubereitung

In einem großen Topf 3l Wasser aufkochen, salzen, die Lorbeerblätter und das Fleisch hinein geben. Ab jetzt sollte alles nur leicht köcheln. Auftretenden Schaum abschöpfen. Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. Das Weißkraut, die rote Beete und die Karotten in Streifen, die Zwiebel klein schneiden.



Hat das Fleisch 20–30 Minuten gekocht (Rind- und Schweinefleisch braucht etwas länger, Geflügel eher weniger), das Weißkraut und den Tomatensaft (oder Tomaten) dazugeben. Nimmt man frische Tomaten und mag die Schale nicht, so gibt man sie im Ganzen hinzu, nimmt sie nach 2 Minuten wieder heraus und drückt Sie durch ein Sieb. Ansonsten die Tomaten vierteln.

In einer Pfanne nun die Karotten und rote Beete mit etwas Öl anbraten. Zum Schluss Tomatenmark unterrühren und alles in den Topf geben. Nun würzen und abschmecken. Schmeckt der Borschtsch zu sauer, Zucker oder 2 Nelken zugeben. Schmeckt er zu süß, kann man etwas Essig nehmen. Alles zusammen noch 15 Minuten köcheln lassen.



Als Letztes wird jetzt die fein gehackte Zwiebel in etwas Öl glasig angebraten. Wer die Suppe noch etwas dicker mag, kann nun etwas Mehl über die Zwiebeln streuen und ganz kurz mit anbraten. Das alles dann auch zur Suppe hinzufügen.

Zum Schluss kommt dann noch fein gehackter Dill und Petersilie hinzu. Serviert wird die Suppe mit einem Löffel saurer Sahne oder Creme Fraiche. Wer mag, stellt Knoblauch/Zwiebelstücken/Zwiebellauch dazu, gekochte Eier und Brot. *Guten Appetit!*