

Gaiscenter  
Industriestrasse 1  
5000 Aarau

## **Russische Borsch-Randensuppe (борщ)**

### **Zutaten für 2 Liter Suppe (für ca. 4 bis 6 Personen):**

|        |   |
|--------|---|
| 300 g  | Rindfleisch vom lokalen Metzger   |
| 2, 3   | Suppenknochen   |
| 1-2    | Kartoffeln  |
| 200 g  | Randen (Rote Bete)  |
| 200 g  | Weisskohl   |
| 1      | Karotte   |
| 2-3    | Lorbeerblätter  |
| 1      | Zwiebel   |
| 1 EL   | Tomatenmark   |
| 1 TL   | Essig   |
| 1      | Knoblauchzehe   |
| 1-2 TL | Zucker  |
| 1-2 TL | Gewürz für Borsch ( <i>bei Russen-Shop erhältlich</i> )                                   |
|        | Salz, Pfeffer, Oel, Dill/Peterli, Sauerrahm ( <i>Smetana bei Russen-Shop erhältlich</i> ) |

- 1.** Im Wasser zusammen mit Lorbeerblätter und 4 bis 5 Pfefferkörner das Fleisch und die Suppenknochen ca. 40 bis 50 Minuten aufkochen. Achtung: Bildet sich an der Wasseroberfläche Schaum, diesen mit einem Löffel wegschöpfen (sonst wird die Brühe trüb).
- 2.** Zwiebel und Kohl kleinschneiden, die geschälte Karotte und den Randen am besten durch Raspel kleinreiben.
- 3.** Die Zwiebeln in einer Bratpfanne mit wenig Öl glasig anbraten, dann Karotten dazugeben und zusammen ca. 5 Minuten anbraten. Dann den Randen dazugeben und mit Essig und dem Tomatenmark mischen. Nach Geschmack Zucker dazu. 5 bis 7 Minuten zusammen köcheln lassen.
- 4.** Die Kartoffel schälen und in Stücke schneiden, dann in die Brühe mit dem Fleisch dazugeben und mit Salz abschmecken. Hitze wieder hochstellen. Wenn die Brühe wieder kocht, mit dem Weisskohl ca. 5 Minuten weiterkochen. Dann den Inhalt der Bratpfanne (Zwiebeln, Karotte, Randen) dazugeben und mit der Hitze regulieren. Mit Salz, Pfeffer und ev. Dill und/oder Peterli nach Geschmack würzen. Dann noch ca. 10 Minuten weiterköcheln lassen.
- 5.** Das Fleisch herausnehmen und auf separatem Teller in Stücke schneiden, dann wieder zurück in die Brühe geben. Hitze zurückstellen.
- 6.** Die Knoblauchzehe pressen und in die Suppe mischen. Von Herdplatte nehmen und ca. 15 bis 20 Minuten zugedeckt stehen lassen. Beim Servieren nach Geschmack mit Sauerrahm verfeinern.