Wirsing Parmesan Suppe

aus dem Dutch Oven

(vegetarisch)

Dieses Rezept eine tolle Resteverwertung, denn wer kennt es nicht ihr habt eine schöne Ecke Parmesan wo dann immer die harten Endstücke oder Rinden nach dem reiben übrig. In Restaurants wo sie noch mehr anfallen, ist es üblich damit Suppen und Saucen zu kochen. Warum also nicht auch zu Hause ?
Wir haben deshalb im Gefrierschrank eine Gefriertüte in der wir diese Rinde Sammeln und einfrieren um dann damit Rezepte wie dieses zu machen.

Zutaten:

3 EL Öl
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 TL Kümmel
1 mittlerer Wirsing
3 Frühlingszwiebeln
2 Pastinaken
3-4 Drillinge (oder eine große Kartoffel)
1 ½ Liter Gemüsebrühe (Tipp: Klaus Grillt Basic Stock)
200 g Parmesan Rinde*
etwas Chili gemahlen
evtl. etwas Salz
1 Dutch Oven mit 4 Liter Fassungsvermögen (Tipp: Petromax FT4,5)
Pürierstab

(*alternativ gehen auch 80g Parmesanrinde und 80g Parmesan gerieben, oder nur ca. 120g geriebenen Parmesan)

Zubereitung:

Vom Wirsing 4 Blätter abnehmen und bei Seite legen, den Rest vom Wirsing in Streifen schneiden. Die Pastinaken, sowie die Kartoffeln

schälen und in Stücke schneiden, die Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden, die Knoblauchzehe klein haken und die Zwiebel würfeln.

2 EL ÖL im Dutch Oven erhitzen, darin die Zwiebeln kurz anbraten, anschließend den Kümmel, den Knoblauch und die Frühlingszwiebeln zu geben und ebenfalls kurz anbraten.

Nun wird der Wirsing (außer die 4 abgelösten Blätter) zugegen und auch kurz angeröstet. Anschließend die Gemüsebrühe zu geben und die Parmesanrinden mit in den Dutch Oven geben, den Deckel drauf tun und für ca. 40 Minuten bei ca. 200 °C köcheln lassen (wir haben es wieder auf dem Gasgrill gemacht, die Brikett Angabe dafür findet ihr am Ende).

Nach den 40 Minuten die Kartoffel und Pastinaken Stück zugeben alles noch mal gut umrühren (Achtung vom Parmesan setzt sich was am Boden ab, was aber nicht anbrennt, dies bei dem Rühren gut lösen!) und nochmals 20 Minuten weiter köcheln lassen.

In der Zwischenzeit die restlichen 4 Wirsingscheiben in Streifen schneiden.

Den Dutch Oven von der Hitze nehmen, den Rest der ausgekochten Parmesanrinden wieder aus der Suppe entfernen und wegwerfen und das ganze ordentlich umrühren und etwas abkühlen lassen.

In der Zwischenzeit den in Streifen geschnitten Wirsing in weiterer Gusspfanne oder dem Deckel des Dutch Ovens in 1 EL Öl anbraten.

Nun muss die Suppe grob püriert werden, vorher noch mals umrühren um evtl. noch am Boden klebenden Parmesan lössen.

!!! ACHTUNG!!! Ein Metal Pürierstab könnte dabei die Patina eures Dutch Oven´s angreifen oder gar den Dutch Oven kaputt machen. Von daher nehmt einen Pürierstab aus Kunststoff oder eine Kunststoff Überzug wenn Euerer Pürierstab diesen hat. !!

Die Suppe soweit pürieren das die Kartoffeln und Pastinaken komplett zerkleinert sind und der Wirsing auch weit gehend.

(Sollte die Suppe nun zu dickflüssig sein könnt ihr sie mit etwas Wasser oder Gemüsebrühe verdünnen)

Die Suppe mit dem Chili und evtl. etwas Salz (der Parmesan selber gibt ja schon einen starken Salzgehalt an die Suppe ab) abschmecken.

Die Suppe in Teller geben und anschließend etwas von dem angebratenen Wirsingstreifen drüber geben.

Guten Hunger

Hier die Brikett Angabe wenn Ihr den Dutch Oven damit betreiben wollt: 27 Briketts davon 15 oben -12 unten

Und böse Zunge behaupten man könnte diese Suppe auch auf dem Herd in der Küche kochen, das würden wir als BBQ Bloog aber nie tun,.....