

Grundzubereitungsart Kochen
Rindsuppe / Bouillon

Mengen für 10 Portionen
Rindfleisch für die Suppe (3 Beispiele)



250 g Rindfleischknochen
100 g Zwiebeln mit der Schale
Aromaten:



Bouquet garni:

zum Bestreuen:

Zubereitung:
Knochen blanchieren



Die klein gehackten.....
inWasser einlegen,
..... (Fachausdruck für überkochen).

Danach das Wasser ableeren und die Knochen abspülen.



Die beim Blanchieren gebundenen Trübstoffe werden mit einem Teil des gelösten Fettes abgeschwemmt.

Suppe ansetzen



Die blanchierten Rindsknochen werden nun im Wasser zugestellt, sofort ein wenig gesalzen und langsam zum Sieden gebracht.

Durch das Ansetzen mit Wasser werden die Knochen besser ausgelaugt, Geschmacksstoffe gehen in die werdende Suppe über. Leichtes Salzen löst auch die Eiweißstoffe aus den Knochen, die nur mit leicht salzhaltiger Flüssigkeit lösbar sind (Globuline); Vorsicht jedoch wenn Fleisch mitgekocht wird, dann darf nur teilgesalzen werden, weil auch hier die Geschmacksstoffe ausgelaugt werden.

Abfetten und abschäumen



Eiweiß stockt bei etwa 60-70°C und steigt mit den gebundenen Trübstoffen an die Oberfläche. Der aufsteigende Schaum wird immer wieder abgeschöpft; diesen Vorgang nennt man ".....". Rindfleisch in die Flüssigkeit.

Mit dem Einlegen des Fleisches in die Flüssigkeit gerinnt das Fleischiweiß und verstopft die Poren, der Fleischsaft kann somit nicht austreten, das Fleisch bleibt saftig. Wird auf das Fleisch keinen Wert gelegt, kann man den Geschmack der Suppe verstärken indem man es zustellt, damit das Fleisch dann besser ausgelaugt wird.

Zwiebeln mit Schale

Ungeschälte Zwiebeln werden halbiert und an den Schnittflächen auf der Herdplatte (oder ohne Fett in einer Pfanne) sehr dunkel gebräunt,

..... werden damit betont. Suppe sieden, das heißt: mehr..... als kochen lassen.

Zudecken? (JA) (NEIN).

Zu rasches Kochen würde die Suppe.....

Wurzelgemüse und Bouquet garni

Wann?.....wird das Wurzelgemüse,



die Aromaten (Pfefferkörner) und das Bouquet garni beigegeben.

Bouquet garni bedeutet ".....", deren Zusammensetzung auf die jeweilige Suppe oder Sauce abgewandelt werden kann; im Falle der Rindsuppe kann dafür verwendet werden.

Wurzelgemüse und Bouquet garni sollen nicht länger als eine Stunde in der Suppe kochen, damit das

..... .. erhalten bleibt.

Achtung!! Wenn das Fleisch weich ist, wird es aus der Suppe genommen. Die gesamte Kochzeit der Rindsuppe beträgt etwas.....bis.....Stunden

Abseihen und abschmecken

Das Abseihen der Suppe erfolgt am besten durch ein feuchtes Passiertuch; der Fachausdruck dafür ist:..... Dieses sollte vor Gebrauch mit Wasser durchgespült werden, damit eventuelle Waschmittelreste entfernt werden.

Durch das Beifügen des Fleisches in kochendes Wasser gerinnt das Eiweiß des Fleisches an der Oberfläche, wodurch sich die Poren schließen, gewissermaßen eine schützende Kruste entsteht und das Fleisch saftiger und schmackhafter bleibt.

Gilt jedoch die Priorität der Suppe und die Qualität des Fleisches kommt erst an zweiter Stelle, dann stellt man das Fleisch in kaltem Wasser zu, um ein besseres Auslaugen zu erzielen.



! Suppen oder Saucen abschmecken. Wenig auf einen kalten Teller geben und vom Teller verkosten. So schmeckt man alle Raffinessen!



So nicht!!
Beim Verkosten mit dem Löffel wird man sich höchstens die Zunge verbrennen!!