



# Klare Sauerampfersuppe mit Ei

## Welche Erinnerungen oder Geschichte verbinden Sie mit dieser Suppe und der Herkunftsregion der Suppe?

Diese Sauerampfer-Suppe ist ein traditionelles Gericht der osteuropäischen Küche. Auch als „Grüner Borschtsch“ bekannt, überzeugt sie mit einem einzigartigen Geschmack, der an die warme Jahreszeit erinnert. Reich an Vitaminen und angenehm säuerlich, wird sie garantiert jeden Gaumen verzaubern! Das Rezept stammt aus meiner Kindheit - meine Eltern, mit deutschen Wurzeln, haben in Kasachstan gelebt und ich selbst bin dort geboren – und ich freue mich sehr, es mit Ihnen zu teilen - denn es schmeckt einfach himmlisch!

## Die Zutaten für diese Suppe sind:

1 Bund Sauerampfer  
1 Bund Petersilie  
1 Bund Dill  
1 Zwiebel  
1 Ei  
1L Rinder, Puten oder Gemüsefond  
4 EL saure Sahne  
Salz  
Pfeffer  
100 g Schinkenwürfel  
400 g Kartoffeln  
1 EL Butter

## Das Rezept für diese Suppe lautet:

1. Die Zwiebel schälen und klein würfeln.
2. Kartoffeln schälen und zu mundgerechten Stücken schneiden.
3. Sauerampfer waschen, die dickeren Stielenden abschneiden und die Blätter in Streifen schneiden.
4. Petersilie und Dill klein schneiden.
5. In einem Topf die Butter zerlassen und darin die Zwiebel 2-3 Minuten andünsten.
6. Danach die Kartoffelwürfel dazugeben und 1-2 Minuten mitdünsten.

7. Danach die Schinkelwürfel dazugeben und mit andünsten.
8. Mit Rinder-, Puten- oder Gemüsefond ablöschen und aufkochen lassen.
9. 15 Minuten mit geschlossenem Deckel bei mittlerer Hitze köcheln lassen. (Bis die Kartoffel gekocht sind)
10. Die Eier in einer Schüssel verquirlen und in die Suppe geben.
11. Den Sauerampfer, die Petersilie und den Dill in die Suppe geben, alles aufkochen lassen und direkt vom Herd nehmen.
12. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
13. Mit 1 EL Saurer Sahne pro Portion servieren.

**Diese Suppe serviert Ihnen:**

---

Emanuel Dewald

---