

Brennessel

Im Garten gehaft-in der Küche geliebt

LAT: URTICA DIOICA ODER URTICA URENS

Brennessel-Suppe:

4 Doppelhände junge Brennesseltriebe
1 l Rindsuppe oder Wasser
2 E.L. Butter
2 E.L. Mehl
1 kleine Zwiebel
Salz, Pfeffer, Knoblauch
1 Eiweiß und 1 Becher Creme fraîche

Die Brennessel in einen Topf geben und mit 1/4 l Fleischsuppe kurz aufkochen lassen, mit dem Pürierstab bearbeiten.

Mit Butter und Mehl eine leichte Emulsion bereiten, die restliche Suppe dazugießen, aufkochen lassen. Das Brennesselpulver dazu und kurz aufkochen lassen. Mit den Gewürzen abschmecken.

Den Deter mit Creme fraîche mischen und unter die heiße Suppe rühren. Sofort servieren.

Man kann, wenn man will geräutete Speckstreifen dazugeben, ebenso passt alles, in Würfel geschnittenes Brot in die Suppe.

Eine weitere Variante wäre, gehacktes Rindfleisch hinzuzuschneiden.