Osttiroler Brennsuppe

Früher wurde die Osttiroler Brennsuppe als Heilmittel gegen Magenverstimmungen auf den Tisch gebracht. Heute gilt sie als traditionelle Speise, die immer wieder gerne von Osttiroler Familien gegessen wird.

- Vorbereitungszeit: 5 Minuten
- Garzeit: 20 Minuten
- Gesamtzeit: 25 Minuten
- Portionen/Menge: 4 Portionen

Brennsuppe: Zutaten für 4 Personen

6 dag Dinkelvollkornmehl
etwas Butter
1,5 Liter Wasser
4 mittlere Kartoffeln
Salz, Kümmel, 2 Lorbeerblätter

Brennsuppe: so geht’s

Butter im Topf schmelzen und das gemahlene Dinkelvollkornmehl gut anrösten.

Mit wenig Wasser aufgießen und kräftig mit dem Schneebesen umrühren, damit sich keine Mehlklumpen bilden. Nach und nach das restliche Wasser dazugeben und kräftig kochen lassen.

Kartoffeln schälen, in Scheiben schneiden und dazugeben. Die Suppe salzen und mit Kümmel und 2 Lorbeerblättern würzen. Die Brennsuppe ca. 20 Minuten köcheln lassen – dabei immer wieder umrühren. Dadurch wird die Suppe richtig sämig.

Tipps der Köchin

- Wenn man das Mehl nicht kräftig anröstet, nennt man die Suppe Einmachsuppe. Diese wird gerne als Basis für viele gebundene Suppen verwendet: z. Bsp Knoblauchsuppe, Karfiolsuppe …..etc.
- Mir schmeckt die Suppe viel besser, wenn sie mit einem Schuss Sahne und Kräutern verfeinert wurde. Dann lasse ich jedoch den Kümmel und die Lorbeerblätter weg.
- Ganz besonders gut schmecken in Öl geröstete Schwarzbrotwürfel in der Suppe.
- Wenn man kein Vollkornmehl nimmt, reduziert man die Wassermenge ein wenig.