Bunte Rindfleisch-Suppe

Zutaten

- 200 g Zwiebeln
- 750 g Rindsschulter
- 3000 g Trinkwasser
- 450 g Kartoffeln
- 450 g Karotte/n
- 150 g Sellerieknolle
- 450 g Karfiol
- 75 g Petersilienblatt frisch
- 30 g Rapsöl
- 1 Würfel MAGGI Rindfleischsuppe

Zubereitung

1. Zwiebeln schälen und in Würfel schneiden. Rindfleisch waschen, trocken tupfen, Fett und Sehnen entfernen und in kleine Würfel schneiden.

2. In einem Rapsöl heiß werden lassen. Fleisch und Zwiebeln darin anbraten. Wasser zugießen. Maggi Rindfleischsuppe darin auflösen, zum Kochen bringen und bei mittlerer Wärmezufuhr zugedeckt ca. 15 Min. köcheln lassen.

3. Kartoffeln waschen, schälen und in Würfel schneiden. Karotten putzen, waschen, schälen und in Scheiben schneiden. Sellerieknollen putzen, waschen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Karfiol putzen, waschen und in kleine Röschen teilen. Das Gemüse in den Topf geben und bei mittlerer Wärmezufuhr zugedeckt ca. 20 Min. köcheln lassen.

4. Petersilie waschen, trocken schütteln und kleinhacken. Anschließend damit bestreut servieren.

60 Minuten

12 Portionen

Nährwerte

Kohlenhydrate	11,15 g
Energie	163,67 kcal
Fett	6,2 g
Eiweiß	15,3 g