Artikel vom 02.09.2026 · Ausgedruckt am 10.11.2026, 23:51 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/gaisburger-marsch-1

Gaisburger Marsch



Foto: Karin Schieban

Zutaten (für 6 Personen):

1 kg Rindfleisch am Knochen (zum Beispiel Beinscheibe mit Mark)

500 g Suppengemüse (Möhren, Sellerieknolle, Pastinake, Lauch)

200 g frische Spätzle aus dem Kühlregal

2,5 l Wasser

3 TL Salz

frisch gemahlener Pfeffer

etwas gehackte Petersilie zum Servieren

Zubereitung:

Das Rindfleisch am Knochen unter kaltem Wasser abspülen. Anschließend in einen großen Topf geben und mit 2,5 l kaltem Wasser bedecken. Das Wasser langsam erhitzen. Sobald sich Schaum auf der Oberfläche bildet, diesen mit einer Schaumkelle abschöpfen. So bleibt die Brühe später klar. Das Salz zugeben und die Brühe bei niedriger Hitze etwa 2 bis 2 ½ Stunden sanft köcheln lassen. Das Fleisch sollte dabei weich werden, aber nicht zerfallen.

In der Zwischenzeit das Gemüse putzen. Möhren, Sellerie und Pastinaken schälen und in grobe Würfel schneiden. Den Lauch gründlich waschen und in Ringe schneiden.

Nach etwa 90 Minuten Garzeit das vorbereitete Gemüse in die Brühe geben und die übrige Zeit mitgaren. Das Fleisch aus dem Topf nehmen und kurz abkühlen lassen. Anschließend von Knochen und eventuell vorhandenem Fett lösen, in mundgerechte Stücke schneiden und wieder in den Topf geben.

Die frischen Spätzle in die Brühe geben und nach Angabe auf der Packung garen. Die Suppe portionsweise auf tiefe Teller verteilen. Mit frisch gemahlenem Pfeffer und etwas Petersilie bestreut servieren.

Karin Schieban