

Kusis Eintopf

Für viele Tage oder viele Personen

Ab und zu koche ich mir viel Gemüse und ziemlich viel Fleisch in einer grossen Pfanne. Dann habe ich tagelang wohlschmeckende Resten und muss diese nur aufwärmen. Dabei verbessert sich der Geschmack sogar! Oder ich verteile den Eintopf in Plasticdosen und gebe diese ins Tiefkühlabteil.

Der folgende Eintopf ist ein Mischmasch von Potée valaisanne, Habcher Köch, Berner Platte und meiner kreativen(?) Kombinationsgabe.

Fleisch

200 g	Rindsbraten
genug	geräucherter Speck
ä Bitz	Rippli oder Schüfeli, geräucht
1	grosse Kochwurst, geräucht
1-2	kleinere Würste, geräucht

Gemüse

2	grosse Zwiebeln
2-3	Knoblizehen
½	Kabiskopf, halbiert
2	Rüebli
2-3	Selleriestangen
es Hämpfeli	grüne Bohnen
es Hämpfeli	Rosenkohl
1	dicke Lauchstange
2-5	Kartoffeln
2-3	Birnen (Kaiser oder Williams)

Kochen und Würzen

2 EL	Olivenöl oder Butter
3 dl	Weisswein (Fendant?)
3 dl	Wasser oder schwache Rindsbouillon
etwas	Kümmel
etwas	Senfkörner
einige	Wacholderbeeren
einige	Gewürznelken
1 TL	Majoran
...	Salz (nach Bedarf)

Zuerst

2 Liter Wasser in einer Pfanne zum Kochen bringen. Alle Fleischteile hineinlegen und 1-2 Minuten blanchieren. Dann das Fleisch in ein Löcherbecken geben und gründlich mit kaltem Wasser abspülen.

Alle Gemüse ausg. Kartoffeln und Birnen vorbereiten. Je nach Bedarf rüsten, waschen und schälen.

Zwiebeln und Knobli grobhacken. Den halben Kabiskopf vom Strunk befreien und grob schneiden.

Die Rüebli halbieren oder vierteln und in 5cm lange Stücke schneiden. Den Stangensellerie in 5 cm grosse Stücke schneiden.

Den Lauch (v. a. den weissen und grünweissen Teil) in 3-4 cm dicke Scheiben schneiden. Beiseitestellen, ebenso die grünen Bohnen und den Rosenkohl.

Kochbeginn

Das Öl oder die Butter in einer grossen Pfanne erhitzen und Zwiebeln und Knobli anschwitzen. Den Kabis begeben und unter Rühren einige Minuten weiter schwitzen lassen.

Alle Gewürze begeben. Mit Weisswein und Bouillon resp. Wasser ablöschen. Kurz aufkochen, dann Hitze (sehr) klein stellen. Rindfleisch, Speck und Rippli in die Pfanne geben. Den Eintopf eine halbe Stunde köcheln lassen.

Nach einer halben Stunde

Rüebli, Sellerie, Rosenkohl und Bohnen in die Pfanne geben. Die Kartoffeln schälen, in grössere Stücke schneiden und ebenfalls zum Eintopf geben. Die Würste in die Pfanne geben und bei Bedarf etwas Wasser nachgiessen. Zwischendurch das Kochwasser nach Bedarf nachsalzen, in einen grossen Krug schütten und dann gleichmässig über den Eintopf giessen. Bei nach wie vor kleiner Hitze weiter köcheln lassen.

Nach einer Stunde

Die Birnen halbieren und evtl. das Kerngehäuse entfernen. Zuerst die Lauchstücke und dann die Birnenhälften auf den Eintopf geben. Zudecken und köcheln lassen, bis die Kartoffeln weich sind.

Am Schluss

Gemüse und Fleisch separat in zwei Löcherbecken geben und gut abtropfen lassen. Die Kochflüssigkeit aufbewahren; sie schmeckt köstlich und kann weiter verwendet werden! Das Fleisch schneiden und auf eine Platte geben. Das Gemüse trennen und hübsch auf einer weiteren Platte anrichten.

Da der Eintopf so reich an Gemüse und Fleisch ist, kann u. U. die Beigabe von Kartoffeln reduziert werden oder ganz entfallen.