



Zurek - Polnische Sauerschrotsuppe mit gebratenem Brustspitz

Der polnische Name "Zur" leitet sich vom deutschen "sauer" ab. Trotz des Names ist die Suppe nicht sehr sauer, denn die feine Säure stammt von gesäuertem Roggenschrot. Wie beim Backen mit Sauerteig wird der Roggenschrot mit Wasser vermischt, nach ca. 3 Tagen Reifung bei Raumtemperatur setzt eine Gärung ein und das Anstellgut verströmt einen säuerlichen Geschmack. Ich habe den Roggenschrot mit gut gereiftem Anstellgut (das ich sonst zum Backen verwende) vermischt und bereits nach 24 Stunden verströmte das Roggenschrot den gewünschten frischen, säuerlichen Duft.

Der gesäuerte Roggenschrot die Grundlage der Zurek, dazu werden Gemüse, z.B. Rüebli und Lauch, und Kartoffeln mitgekocht und sie wird gerne mit Wurst oder geräuchertem Fleisch angereichert. Ich hatte weder noch, so habe ich kurz und kräftig angebratene Brustspitzen vom Schwein mitgekocht, auch diese geben Geschmack. Beim Anrichten wird ein hartgekochtes Ei in die Suppe gelegt, das gehört zu diesem währschaften, polnischen Suppenrezept, das auch als Eintopfgericht durchgehen könnte.

Zutaten (3-4 Portionen)

120g	Roggenschrot
20g	Sauerteig-Anstellgut
500g	Brustspitz vom Schwein (3-4 Rippen)
1	grosse Zwiebel (ca. 100g)
1	grosse Kartoffel (festkochend)
2	Rüebli
10cm	Lauch
1	Knoblauchzehe
1dl	Sauerrahm
1Tl	Majoran, getrocknet

1 hartgekochtes Ei
Salz und Pfeffer
Bratbutter

Zubereitung

Roggenschrot mit ca. 50g Wasser vermischen. Anstellgut dazugeben und gut vermischen. Zugedeckt bei Raumtemperatur 24 Stunden reifen lassen.

Zwiebel grob hacken und in Bratbutter andünsten. Sobald die Zwiebel leicht bräunlich wird, 1,5 Liter Wasser dazugiessen, gesäuerter Roggenschrot einrühren und aufkochen.

Brustspitz salzen und pfeffern und in Bratbutter kurz und scharf anbraten.

Kartoffel, Rübli und Lauch in kleine Stücke schneiden, Knoblauch grob hacken. Sobald das Wasser kocht, ca. 1,5 Tl Salz zugeben, Gemüse zugeben und mit Majoran und wenig Pfeffer würzen.

Angebratene Brustspitzen zugeben. 1 Stunde leicht köcheln lassen, dabei alle 5 - 10 Minuten den Bodensatz (vom Roggenschrot) aufrühren.

Pfanne von der Herdplatte ziehen und den Sauerrahm unterrühren.

Suppe anrichten, eine Brustspitze und ein halbes Ei in die Suppe legen.



Roggenschrot mit Wasser zum Versäuern





