



Fribourger Soupe de Chalet

Vermutlich stammt der Name davon, dass die Sennen diese nahrhafte Suppe in ihren einfach eingerichteten Alphütten (Chalets) gut zubereiten konnten. Sie wird aus robusten Gemüsen, getrockneten Bohnen und Teigwaren, alles gut haltbare Zutaten gekocht. Dazu Milch, Rahm und Käse. Wie der Spinat in dieses Rezept kam weiss ich nicht, vielleicht gaben die Sennen der Suppe junge Brennnesselblätter hinzu, die sich natürlich gut durch Spinat ersetzen lassen.

Zutaten (2 Portionen)

1/2	Zwiebel
40g	Lauch mit Grün
1	Rüebli (nicht zu gross)
40g	Sellerie
40g	weisse Bohnen getrocknet
3dl	Wasser
1dl	Milch
50g	kleine Teigwaren (Ditali, Hörnli)
100g	Blattspinat (gefroren)
100g	Gruyère
1dl	Vollrahm
	Muskatnuss, Pfeffer
	Bratbutter

Zubereitung

Bohnen über Nacht in kaltem Wasser einweichen.

Tipp: Wenn man vergessen hat die Bohnen einzuweichen, kann man sie in reichlich Wasser langsam aufkochen, ca. 5 Minuten köcheln lassen und danach zugedeckt 1 Stunde auf der ausgeschalteten Herdplatte quellen lassen. Nicht optimal, aber

praktikabel, wenn die Bohnen danach in einer Suppe gekocht werden.

Zwiebel fein hacken. Lauch, Rübli und Sellerie fein schneiden oder würfeln.

Zwiebel in Bratbutter andünsten bis sie leichte Röstspuren zeigt, Lauch, Rübli und Sellerie zugeben 2-3 Minuten mitdünsten. Mit Wasser ausgiessen und salzen. Eingeweichte Bohnen abschütten, zugeben und aufkochen. Milch dazugliessen und zugedeckt 20 Minuten köcheln lassen.

Mit wenig Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Ditali zugeben und weitere 15 Minuten offen köcheln lassen, bis die Ditali gar sind und die Suppe etwas eingekocht ist.

Spinat zugeben und weitere 5 Minuten köcheln lassen. Zum Schluss Gruyère durch die Röstiraffel reiben und zusammen mit dem Rahm in die Suppe geben. Ein paar Käsespäne zur Dekoration aufheben. Suppe kurz ziehen lassen und anrichten.





