



Beates Gaisburger Marsch

Platz 2 der Rezepte-Challenge 2025

Zubereitungszeit:

180 Minuten

Portionsgröße:

für 5 Personen



Zutaten:

- 1kg Rinderbeinscheiben
- 3 Markknochen
- 3 Karotten
- 1 Stück Knollensellerie
- 2 große Zwiebeln
- 1 Stange Lauch
- 1kg Kartoffeln
- 1 Bund Petersilie
- 500g Spätzle
- Salz
- Pfeffer
- 1 TL schwarze Pfefferkörner
- 3 Lorbeerblätter
- Muskatnuss
- Butter-Flocken

Zubereitung:

1. Beinscheiben, Markknochen und eine große ungeschälte Zwiebel in 3-4 Liter Wasser zum Kochen bringen. Danach bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Mit einem Schaumlöffel den Schaum abschöpfen, bis eine klare Brühe zurückbleibt.
2. Eine gute Prise Salz, die Lorbeerblätter und die schwarzen Pfefferkörner dazugeben und ca. zwei Stunden köcheln lassen, bis das Fleisch der Beinscheiben weich ist. Nach ca. 1,5 Stunden die gewürfelten Karotten, Sellerie und geschnittene Petersilie dazugeben.
3. Während die Brühe köchelt, die Kartoffeln, Spätzle und angedünstete Zwiebel zubereiten. **Hinweis:** Weder die Spätzle noch die Kartoffeln in der Brühe kochen, sondern separat zubereiten.
4. Die Beinscheiben, Markknochen und Zwiebel aus der Brühe nehmen und das Fleisch in Stücke schneiden.
5. Die Brühe mit Muskatnuss und Pfeffer abschmecken. Dann die Kartoffel- und Fleischstücke, die Spätzle sowie die angedünsteten Zwiebeln dazugeben.
6. Den Eintopf in einem tiefen Teller servieren und mit Petersilie garnieren.
7. Guten Appetit!



Eine gesunde Aktion
der Mercedes-Benz Gastronomie
und der Mercedes-Benz BKK