



Diese Suppe ist der vorläufige Stand einer Entwicklung über viele viele Jahre hinweg. Ausgangspunkt war das Problem "gesundes" Gemüse in unwillige Kindermägen rein zu bekommen - auf den Trick "asiatisches" Gemüse zu verarbeiten verhalf der Zufall - das war dann "chick" - Tomaten hatten sowieso einen hohen Akzeptanzfaktor und kleine Gehacktesbällchen wurden immer innig geliebt.

Dieses Rezept ist immer wieder variiert und abgeändert worden - eine Spielwiese für Mutige und Kreative. So ist diese aktuelle Zusammenstellung auch nur als roter Faden zu verstehen und es sollte nach Herzenslust kräftig erweitert werden ...

## Zutaten

Die Angaben beziehen sich auf 5 Liter - das in Personen umzurechnen ist leider nicht möglich - der Schnellere kriegt mehr ...

## Grundlegendes

- Ein paar Zwiebeln · Knobel muss nicht extra erwähnt werden
- Das beste Olivenöl welches zu bekommen ist
- 2 Esslöffel Mehl
- Tomatenmark nach Geschmack
- 1 Streifen (62 mm lang) Düsseldorfer Löwensenf · scharf
- 2 Packungen China Gemüse (nicht einfach zu bekommen - mein Tipp · Treff 3000 Vörstetten)
- 845 g gemischtes Hackfleisch · so frisch wie möglich (natürlich beim Metzger Groß ... )



## Zutaten

## Ergänzendes

- Chili
- Scharfer Parika
- Curry (üppig anwenden ...)
- Grüner Curry (vorsichtig)
- geröstetes Currypulver (sehr vorsichtig)
- Hühnerfond (in der Luxusversion "selber machen" - eher praktisch "Knorr Konzentrierte Boullion Huhn" - nicht so skeptisch - ist besser als einige Produkte aus der Feinkostabteilung ... (dazu muss man sich leider in die Metro bewegen ... ))
- Salz
- Pfeffer

## Und so geht's

- Zwiebeln · Knobel klein kriegen und in heißem Olivenöl glasig bis goldgelb andünsten
- Tomatenmark dazu geben und für ca. 30 s mit andünsten
- jetzt darf man noch seinen Senf dazu geben
- die zwei Esslöffel Mehl hinzugeben und alles verrühren
- mit ca. 1 Liter warmen Wasser ablöschen und mit Schneebesen cremig rühren
- das China Gemüse einschütten und mit weiterem Wasser so auffüllen, dass das Gemüse gerade mit Flüssigkeit bedeckt wird
- alle Gewürze in erwünschter Menge addieren und etwas verrühren

- das Hackfleisch zu kleinen Kugeln (was ist klein und was ist groß - das kann man gerne und intensiv bei einem parallelen Glas Wein diskutieren ...) verarbeiten und dem Werk hinzufügen

- das Ganze mit Wasser auf die gewünschte Menge auffüllen
- Temperatur erhöhen bis kurz vor dem Siedepunkt und dann eine knappe Stunde vor sich hin simmern lassen
- mit Salz und Pfeffer final abschmecken

Das war's.

Wie - schmeckt doch nicht so ... ??

Man darf halt das Zaubersprüche nicht vergessen ...