

Das Januar-Rezept 2013 der LandFrauen

von Ingrid Sattler, 1. Vorsitzende des LandFrauenVereins Friedrichstadt und Umgebung e. V.

www.landfrauen-friedrichstadt.de

Wiensupp un Schink mit Futjes

Weinsuppe mit Schinken und Futjes (Pförtchen) – die Suppe für „Freud und Leid“ wurde dieses Gericht früher genannt, da es gern sowohl zu freudigen Anlässen als auch zu Beerdigungen serviert wurde.

Heute bietet die Graupensuppe eine leckere Abwechslung in der Speisenfolge (nach dem üppigen Feiertagsessen) und wird gern mit Kochschinken und Brot, aber auch mit Futjes gegessen.



Zutaten Wiensupp (für 6-8 Personen)

250 g Graupen
2½-3 l Wasser
1 Zitrone
(Saft und Schale)
1 Stange Zimt
½ TL Kardamon
200 g Rosinen
100g Korinthen
1 l lieblicher Wein
etwas Rum
4 Eigelb
ca. 200 g Zucker

Zutaten Futjes (für 6-8 Personen)

1 l Milch
250 g Grieß
1 TL Butter
1 Prise Salz
1 Würfel Hefe
(mit ½ TL Zucker
anrühren)
10 Eier
500 g Mehl
500 g Rosinen

Zubereitung Wiensupp

Die Graupen über Nacht einweichen und am nächsten Tag im Einweichwasser mit den Gewürzen gar kochen. Die Rosinen und Korinthen die letzten Minuten mit kochen. Den Wein und etwas Rum dazu und erhitzen. Anschließend Eigelb und Zucker schaumig schlagen und nach und nach unter die Suppe rühren. Fertig!

Brot

Pro Person 1 Scheibe Kastenweißbrot mit Butter bestreichen und mit 1 Scheibe oder mehr Kochschinken belegen.

Zubereitung Futjes

Milch, Butter und Salz zum Kochen bringen, Grieß hineinrühren und abbacken. Etwas abkühlen lassen, Hefe dazu und nach und nach die Eier untermischen, zuletzt Mehl und Rosinen. Teig abdecken und „gehen lassen“. Anschließend mit einem Esslöffel die Futjes aus der Teigmasse ausstechen und in heißem Fett ausbacken. Dazu wird Zucker gereicht.

Wir wünschen guten Appetit!