

Andrea Berg

A photograph of Andrea Berg, a woman with long reddish-brown hair, sitting and holding a white cup with a blue patterned rim. She is wearing a light-colored, textured cardigan over a patterned top and a necklace with a starfish pendant. The background shows a window with a decorative frame and a white ceramic vase.

Meine
Seelenküche

riva

*Persönliche Rezepte und
Geschichten zum Wohlfühlen*





Zwiebelsuppe

mit Käse überbacken

- 1** Das Backrohr auf 200 °C vorheizen. Die Zwiebeln abziehen und in dünne Scheiben schneiden oder hobeln. Die Butter in einem Topf erhitzen, die Zwiebeln dazugeben und darin leicht bräunen lassen.
- 2** Den fein gehackten Knoblauch zufügen und kurz mit andünsten. Dabei ab und zu mit einem Kochlöffel umrühren. Das Mehl darüberstäuben, umrühren, mit dem Weißwein aufgießen und diesen um die Hälfte einkochen lassen.
- 3** Mit der Brühe aufgießen und mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen. Die Suppe etwa 30 Minuten bei mittlerer Hitzezufuhr köcheln lassen. Inzwischen die Weißbrotscheiben toasten.
- 4** Die Zwiebelsuppe pikant abschmecken und in 4 vorgewärmte Suppentassen füllen. Mit je 1 Weißbrotscheibe belegen und mit dem geriebenen Käse bestreuen. Im Backrohr so lange überbacken, bis der Käse eine leicht bräunliche Farbe bekommen hat.

Zutaten für 4 Personen:

500 g Zwiebeln
2 EL Butter
1 Knoblauchzehe
1 EL Mehl
100 ml trockener Weißwein
1 l Rinder- oder Gemüsebrühe
Salz
Pfeffer aus der Mühle
½ TL Thymian, getrocknet
4 Scheiben Weißbrot
100 g geriebener Käse wie
Comté, Emmentaler
oder Greyerzer

» In meinem Lieblingshotel in Berlin gibt es die ganze Nacht Zwiebelsuppe mit Käse überbacken. Da knistert ein Feuer im Kamin an der Bar, und ich sitze da mit meiner Crew. «

Chili con Carne

- 1** Die Zwiebeln und den Knoblauch abziehen und in kleine Würfel schneiden. Die Peperoni und die Paprikaschoten putzen, waschen und in Würfel schneiden.
- 2** Das Sonnenblumenöl in einem hohen Topf erhitzen und das Hackfleisch darin unter ständigem Rühren bei starker Hitze anbraten. Salz, Zwiebeln, Knoblauch, Peperoni und Paprika dazugeben und mit anbraten.
- 3** Tomatenmark dazugeben, unterrühren und kurz mit anbraten. Die passierten Tomaten, Kidneybohnen und die klein gehackte Blockschokolade dazugeben.
- 4** Mit der Brühe aufgießen. Mit Salz, Cayennepfeffer, Kreuzkümmel und Chilipulver kräftig würzen. Das Ganze gut durchrühren und bei mittlerer Hitzezufuhr etwa 15 bis 20 Minuten garen. Bei Bedarf Wasser oder Fleischbrühe hinzufügen und ab und zu umrühren. Zum Schluss pikant abschmecken.

Zutaten für 4 Personen:

*2 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
1 rote Peperoni
1 rote Paprikaschote
1 grüne Paprikaschote
2 EL Sonnenblumenöl
800 g Hackfleisch
Salz
1 EL Tomatenmark
750 ml passierte Tomaten
250 g Kidneybohnen
50 g Blockschokolade
300 ml Fleischbrühe
Cayennepfeffer
Kreuzkümmel
Chilipulver*

»» Manchmal war ich in einem Ferienappartement untergebracht. Dann habe ich nach der Show, während die Jungs die Anlage im LKW verstaut haben, für alle gekocht. ««

