

Gerstensuppe aus dem Iran

Was ist das Besondere an diesem Land/ dieser Region?

Der Iran ist ein Land voller antiker Kultur. Es gibt hier auch eine Menge Handarbeit, z.B. die Teppichknüpferei. Im Iran wachsen viele exotische Früchte. Auch „das rote Gold“, besser bekannt als Safran, wird hier geerntet.

Welche Erinnerungen verbinden Sie mit dieser Suppe?

Mit dieser Suppe verbinde ich das Essen in der Familie, Gemeinschaft und Unterhaltungen.

Die Zutaten für diese Suppe lauten:

1,5 l Wasser
Zwiebeln
Tomatenmark
250g gebrochene Gerste
50g Markknochen
100g geschnittene Schalotten
100g kleingewürfelte Karotten
100g geschnittene Petersilie, Koriander
50ml Sahne
Salz und Pfeffer nach Bedarf
öl

Wo sind die Zutaten für diese Suppe erhältlich?

In Supermärkten, Bioläden

Das Rezept für diese Suppe lautet:

Zwiebeln in kleine Würfel schneiden, mit öl und Markknochen anbraten, Tomatenmark zugeben und braten. Wasser hinzu geben, Gerste dazu und kochen lassen. Wenn die Gerste fast weich ist, die Karotten und die gehackten Kräuter dazu und kochen lassen. Zum Schluss die Sahne, Salz und Pfeffer dazu und abschmecken.

Diese Suppe stammt vom Kultur-Café-Restaurant Diwan

