

**„Gerade jetzt, in der kalten Jahreszeit, gibt es für die Seele und den Magen nichts Besseres als die leckere Suppe unserer Omas.“**

ANDREAS HESS, MALERMEISTER

# Omas heilende Suppe

**KOCHBUCH:** Die Verlagsanstalt Handwerk plant ein Buch mit Rezepten aus Handwerkerfamilien. Die Marktlöbchensuppe von Malermeister Hess steht heute auf dem Speiseplan.

## MARKTLÖBCHENSUPPE

**Westenwälder Marktlöbchen-  
suppe à la Oma Lidwina Hess und  
Oma Helene Rieck**

- Zutaten für die Brühe**
- 1 bis 1,5 kg Rinderhüfte
  - 2 große Metzgerzwiebeln
  - 1 Lauch
  - 5 große Möhren
  - Olivenöl zum Anbraten

- Zutaten für die Marktlöbchen**
- 6 helle Brötchen oder 3 Schöbchen
  - 1 Bund Petersilie
  - 4 bis 6 Markknochen (je nach Größe halber Teel, Muskatnuss
  - 4 Eier Größe XL
  - ¼ l Milch
  - etwas Semmelbrösel

**Zubereitung der Brühe**

Zwiebeln vierteln und im Olivenöl kurz anbraten. Fleisch am Stück zu den Zwiebeln geben und von jeder Seite ca. 4 Minuten scharf anbraten. Fleisch herausnehmen und abgedeckt zur Seite stellen. Möhren und Lauch ebenfalls in der Zwischenzeit in große Stücke schneiden und in den Topf zu den Zwiebeln geben. Ca. 8 Minuten bei geschlossenem Deckel anbraten. Anschließend mit 3 l Rinderbrühe ablöschen. Fleischstück wieder hinzugeben und 45 Minuten auf niedriger Stufe bei geschlossenem Deckel langsam köcheln lassen.

**Zubereitung der Marktlöbchen**

Mark aus den Knochen lösen und mit den Knochen in einer Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen beziehungsweise das Mark flüssig werden lassen, ausgelöste Markknochen

dann in den Suppentopf zum Fleisch geben. Brötchen daumengroß zerkleinern, den ganze Bund Petersilie (ohne Stängel) zerknacken und zu den Brötchen geben. ¼ l Milch über die darf es auch etwas mehr sein) und 15 Minuten ziehen lassen, danach ½ Teelöffel gemahlene Muskatnuss dazu. Die 4 Eier hinzugeben und alles miteinander vermischen. Flüssiges Mark durch ein Sieb zu der Brötchenmasse gießen und erneut alles vermischen. Eventuell etwas Semmelbrösel dazugeben.

Die Masse sollte so fest sein, dass sie beim Klöbchenformen nicht mehr an der Hand klebt. Die Masse ca. eine Stunde zugedeckt im Kühlschrank ruhen lassen. Anschließend walnussgroße Klöbchen mit den Händen formen und erst kurz vor Ende der Gesamtkochzeit der Brühe die Klöbchen in die köchelnde Brühe geben und gar ziehen lassen. Schwimmen die Marktlöbchen an der Oberfläche, ist die Suppe fertig!

Die fertige Marktlöbchensuppe mit dem Gemüse, klein geschnittenem Suppenfleisch und Klöbchen servieren.

**Hinweis**

Die Brötchen können auch in der Küchenmaschine zerkleinert werden. Dadurch werden die Klöbchen besser geformt. Empfehlung vom „Koch“ Malermeister Andreas Hess: Lauch und Zwiebeln aus der fertigen Suppe holen, so ist sie länger haltbar und wird nicht bitter.

ein Mann ist mit ganzem Herzen Handwerker“, beschreibt Ehefrau Alexandra ihren Ehemann. „So wie er mit Begeisterung als Malermeister den Pinsel schwingt, so begeistert schwingt er in seiner Freizeit als Hobbykoch den Kochlöffel. Bei ihm,“ sagt die Unternehmerfrau „geht sprichwörtlich die Liebe durch den Magen. Zumal das Kochen für meinen Mann nach der Arbeit pure Erholung ist.“

Nachdem Alexandra Hess den Aufruf im Deutschen Handwerksblatt (DHB 24/15, Seite 3) gelesen hat, stand für sie sofort fest: Die Westenwälder Marktlöbchensuppe à la Oma Lidwina Hess und Oma Helene Rieck gehören auf jeden Fall in das geplante Kochbuch der Verlagsanstalt Handwerk. „Gerade

jetzt, in der kalten Jahreszeit, gibt es für die Seele und den Magen nichts Besseres als die leckere Suppe unserer Omas. Wie die Hühnersuppe hat auch diese Suppe etwas Heilendes“, betont Andreas Hess.

Auf Bitte der Redaktion hin versammelte sich die ganze Familie kurzerhand um den heimischen Kochherd. Unter Anleitung von Küchenchef Andreas wurde die Familienspezialität zubereitet. „Und bitte erzählen Sie Ihren Lesern auch, dass wir für die Marktlöbchen ausschließlich die Brötchen der Handwerksbäckerei Remy aus Sierstahn verwenden“, verweist Andreas Hess auf eine lange Tradition, „denn hier haben schon unsere Omas und Opas die Brötchen für die Suppe gekauft.“

KLE  
handwerksblatt.de/fotos



Fotos: Inga Geiser

Kochen ist für Andreas Hess Erholung von seinem Arbei

