

Soljanka

Zutaten	Zubereitung
<p>500g fettarmer Fleisch, Wurst (Hähnchen, Kassler, Vielleicht Würste,...) 1 Glas Letscho 1 Zwiebel 4 Gewürzgurken, nach Geschmack 1 Glas eingelegte Pilze 1 Zehe Knoblauch, gehackt Salz, Pfeffer, Piment, Kümmel, Paprika (edelsüß), Lorbeer (1 Blatt gehackt) 1EL Zucker 1EL Essig (Balsamico oder Kräuter) Zitronen nach Geschmack Kräuter (Kerbel, Petersilie, Majoran) Tomaten, Paprika Fettarmer Speck Tabasco Fettarmer Joghurt</p>	<p>Fleisch-, Wurstreste in Würfel schneiden, Zwiebeln und Knoblauch klein schneiden, Gurke in Würfel schneiden</p> <p>Fleisch-, Wurstreste leicht in Öl anbraten, Zwiebel und Knoblauch dazu geben kurz mitbraten, Zucker dazu, mit Essig ablöschen, Letscho, Pilze und 700ml Wasser dazu. Würzen u. alles 5 min köcheln lassen.</p> <p>Gurken dazugeben u. aufkochen lassen. Kurz vor dem Servieren die Kräuter dazu.</p> <p>Mit einem Löffel Joghurt (statt saurer Sahne oder Schmand) auf einem Teller oder einer Schüssel anrichten.</p>
	