

Russische Kohlsuppe - „Schtschi“

- **Küche:**Russisch
- **Schwierigkeitsgrad:**Leicht
- **Portionen:** 8
- **Vorbereitungszeit:** 0m
- **Zubereitungszeit:** 0m
- **Fertig in** 1m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '0', 'cook_time' : '0m', 'prep_time' : '0m', 'servings' : '8', 'yield' : '' });
```

Traditionell im Steinofen in einem großen Topf für die ganze Familie zubereitet, zählen die Schtschi zu einem der beliebtesten und ältesten Rezepte der russischen Küche. Genau genommen ist es eine Kohlsuppe, ein einfaches Bauernessen, das besonders an kalten Wintertagen gern gegessen wird. Sehr einfach in der Zubereitung ist es schnell im Handumdrehen auf dem Tisch und wird garantiert Groß und Klein schmecken. Sie ist auch gut für Vegetarier geeignet und für diejenigen, die vor Weihnachten auf etwas kalorienärmeres Essen umsteigen möchten.

Die Russen ergänzen viele Suppen gern mit einem kleinen großen Löffel Schmand - das macht die Suppe etwas cremiger und nahrhafter. Wahlweise kann die Kohlsuppe auch mit Fleisch gekocht werden und man kann den Kohl durch Sauerkraut, Spinat oder Brennesseln ersetzen.

Zutaten

- 1/2 Kohlkopf
- 1 Zwiebel
- 4 Kartoffeln
- 2 Tomaten
- 1 Möhre
- 2 Lorbeerblätter
- Salz und Pfeffer zum Abschmecken
- 2 EL Pflanzenöl
- 2 L Wasser
- 1 Knoblauchzehe

Zubereitungsart

Schritt1

Kartoffeln putzen und schälen, in kleine Würfel schneiden. Die Tomaten ebenfalls waschen und in dünne Scheiben schneiden. Möhre und Zwiebel putzen und schälen. Die Möhre auf einer groben Reibe reiben. Die Zwiebel in dünne Scheiben schneiden, halbkreisförmig. Den Kohl in dünne Streifen schneiden.

Schritt2

Zwibel und Möhre ca 6 Minuten lang im Topf mit 2 EL Öl dünsten, danach die Tomaten hinzufügen und weitere 5 Minuten zusammen kochen.

Schritt3

2 L Wasser in den Topf geben, Kartoffeln dazu und zusammen mit dem Gemüse zum kochen bringen und 6 Minuten lang kochen lassen. Danach den Kohl mit den Lorbeerblättern hinzufügen und weitere 5 Minuten kochen.

Schritt4

Zum Schluss noch den Knoblauch in die Suppe pressen und mit Salz und Pfeffer nach Geschmack würzen. Gerne mit Schmand und frischen Kräutern (Dill oder Petersilie) garnieren.

Rezeptart: Eintöpfe, National / Regional, Suppen, Vegan, Vegetarisch **Zutaten:** Kartoffel, Knoblauch, Kohl, Möhren, Tomaten, zwiebel

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/russische-kohlsuppe-schtschi/>