

Zeitangabe  

Kosten  

## Ernährungsinfos

Allergierisiken: Milchprodukte, Gluten

Alternativen für Allergiker zu den herkömmlichen Produkten: Schmelzkäse kann man versuchen, durch Sojasahne zu ersetzen. Dann muss die Suppe kräftiger abgeschmeckt und gebunden werden.

Gluten vermeidet man, wenn man statt Weizenstärke Kartoffelstärke benutzt.

Das Gericht enthält Schweinefleisch, das problemlos durch Rinderhack ersetzt werden kann.

## Das Rezept im Unterricht

Passende unterrichtliche Themen:

- Garverfahren
- Zerkleinerungstechniken
- Saisonales Gemüse (Porree)
- Kochen für Gäste (Partyrezepte)
- Convenience Produkte (in diesem Fall Vergleich mit fertigen Gewürzzubereitungen für Porree-Hack-Suppe)

Dieses Rezept eignet sich gut dazu, die richtige Vorbereitung von Porree vorzuführen bzw. auch weitere Arbeitsgänge in einer Lehrerdemonstration zu zeigen.

Viele Schüler kennen diese Suppe nur als fertige Tütensuppe.

In anderen Rezepten zu dieser Suppe ist im Verhältnis zur Menge der Brühe viel mehr Hackfleisch (500–600 g) und Schmelzkäse (300–400 g) enthalten. In dem vorliegenden Rezept wurde der Fleisch- und Käseanteil gesenkt und die Suppe stattdessen durch Stärke gebunden. Die Suppe ist so auch sehr schmackhaft und kommt bei den Schülern gut an, ist aber deutlich gesünder und fettärmer.



### Einkaufsliste für 4 Gruppen

- 8 Stangen Porree
- 1 kg gemischtes Hack
- 800 g Sahneschmelzkäse
- 3,2 l Gemüsebrühe
- Öl
- Stärke
- Salz, Pfeffer