ESSEN UND TRINKEN
Reisen durch Körper & Zeit

rem
Reiss-Engelhorn-Museen

Rezept

Borschtsch

Ukraine, ausgewählt von der Deutsch-Ukrainischen Gesellschaft

Das Zwischenstaatliche Komitee zur Erhaltung des immateriellen Kulturerbes hat den ukrainischen Borschtsch in die UNESCO-Liste des immateriellen Kulturerbes aufgenommen.

Zutaten (für 6 Portionen)

- 500 – 600 g Schweinerippen
- 200 g Kidneybohnen
- 3 Kartoffeln
- 2 Rote Beete
- 1 Karotte
- 1 Zwiebel
- 200 g Weißkohl
- 2 EL Tomatenmark
- 2 – 3 EL Pflanzenöl zum Braten
- 1 – 2 Knoblauchzehen
- 1 EL Zitronensaft
- 1 TL Zucker
- 1/3 TL schwarzer Pfeffer
- 2 TL Salz
- 2 l Wasser
- 1- 2 Lorbeerblätter nach Geschmack (optional)
- Dill nach Geschmack
- 3 – 4 Pimentkörner
- Schmand nach Geschmack

Zubereitung

Der erste Vorbereitungsschritt bei der Zubereitung von Borschtsch ist die Brühe. Sie kann im Voraus gekocht werden, da dieser Prozess mehrere Stunden dauert.

Das Schweinefleisch mit Knochen abspülen. Mit Wasser bedecken und etwa 2–3 Stunden kochen lassen, dabei den Schaum, der sich an der Oberfläche bildet, abschöpfen.

Die Hitze sollte niedrig sein, und die Brühe darf nicht kochen, damit sie klar und durchsichtig bleibt. Am Ende der Garzeit die Brühe salzen und Pimentkörner sowie ein Lorbeerblatt hinzufügen.

Es ist am besten, die Bohnen über Nacht in kaltem Wasser einzuweichen – so garen sie schneller. Falls Sie das nicht getan haben, spülen Sie die Bohnen einfach ab, bedecken Sie sie mit Wasser und kochen Sie sie, bis sie weich sind. Danach das Wasser abgießen.

Alternativ können Sie auch konservierte Bohnen verwenden.

Die Rote Bete schälen und grob reiben oder in Streifen schneiden – je nach Geschmack. Unter einem Deckel in einer Pfanne mit etwas Öl schmoren, bis sie gar ist. Dabei gelegentlich etwas Wasser hinzufügen, damit die Rote Bete nicht brät, sondern wirklich schmort.

Die Zwiebel in Würfel schneiden und bei niedriger Hitze in etwas Öl dünsten. Die Karotte grob reiben, zur Zwiebel geben und 2–3 Minuten schmoren lassen. Dann das Tomatenmark hinzufügen und noch einige Minuten weiterdünsten.

Den Knochen aus der Brühe nehmen, das Fleisch davon lösen und in kleine Stücke schneiden. Das Fleisch zurück in die Brühe geben.

Die Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. In die Brühe mit dem Fleisch geben. Fein geschnittenen Weißkohl, die geschmorte Rote Bete und die Bohnen hinzufügen. Kochen, bis die Kartoffeln weich sind.

Zucker und Essig dazugeben. Dann das angebratene Gemüse in den Borschtsch geben. Abschmecken, gegebenenfalls mit Salz nachwürzen und die Säure mit Zitronensaft ausbalancieren.

Zum Kochen bringen, dann den zerdrückten Knoblauch unterrühren und die Hitze ausschalten.

Den Borschtsch mit einem Deckel abdecken und 15 Minuten ziehen lassen.

Mit Sauerrahm und Knoblauch-Pampuschky servieren. Alternativ mit Roggenbrot, Speck und Senf genießen.

Guten Appetit!

Dieses Rezept hat für Sie ausgewählt: die Deutsch-Ukrainische Gesellschaft anlässlich der Veranstaltung „Tafel der Nationen“ am 10. Mai 2025 im Rahmen der Sonderausstellung „Essen und Trinken. Reisen durch Körper & Zeit“, die bis 27. Juli 2025 in den Mannheimer Reiss-Engelhorn-Museen präsentiert wird.