



Ludwigshafener Leibgerichte

Kochempfehlungen von bekannten Ludwigshafenern oder von Menschen mit einer besonderen Beziehung zu unserer Stadt – das servieren wir an dieser Stelle. Diesmal präsentiert die Sängerin Julia Neigel einen traditionellen Eintopf aus ihrer Heimat Sibirien.



Sibirischer Borschtsch

„Seit ich denken kann, ist Borschtsch mein Leibgericht. Ich habe diesen Eintopf mit viel Einlage schon als Kind liebend

gerne gegessen. Dieses im Grunde sehr einfache Gericht schmeckt köstlich. Mit einem Wort: Lecker!“

Das wird gebraucht (6 Personen)

1 Kilo Rindfleisch, in Stücken, 8 große Möhren, in Scheiben geschnitten, Kartoffelstückchen nach Belieben, 3 sauer eingelegte Rote Bete, in Scheiben geschnitten, 1 großen Weißkohl, in Streifen geschnitten, 6 Lorbeerblätter, 4-6 Becher saure Sahne, 4 Zwiebeln, klein geschnitten, 2 Knollen Knoblauch, gehackt, 1-2 Tuben Tomatenmark, Balsamicoessig, weiße Pfefferkörner, frisches Brot

So geht's

4 Liter Wasser ansetzen, Rindfleisch einlegen und langsam köcheln lassen, Lorbeerblätter, Pfeffer und Salz, Knoblauch dazugeben. Möhren und Zwiebeln

mit Salz und geriebenem Pfeffer würzen und mit 1 Tube Tomatenmark vermengen. Die Mischung mit Butter in einer Pfanne anbraten, bis die Möhren und Zwiebeln leicht braun sind, anschließend zum Fleisch geben. 1 Stunde lang auf leichter Flamme köcheln lassen. Rote Bete dazugeben. Sobald das Fleisch weich ist, Kartoffeln und Kohl dazugeben, eventuell mit Tomatenmark nachwürzen. Sind die Kartoffeln fast gar, mit Balsamicoessig nach Belieben abschmecken, vom Herd nehmen und eine halbe Stunde ziehen lassen. Geht beim Kochen zu viel Flüssigkeit verloren, mit Wasser auffüllen und nachwürzen. Mit einem Klecks saurer Sahne und Brot sehr heiß servieren.

TIPP

Der Eintopf schmeckt noch leckerer, wenn er einen Tag kalt durchziehen kann.

Julia Neigel

Sängerin



Die in Sibirien geborene Musikerin, Sängerin und Songwriterin lebt seit 1971 in Ludwigshafen. Ihren Durchbruch hatte Julia Neigel, die neben Rock- und Popmusik auch die Genres Jazz, Funk, R'n'B und Klassik beherrscht, bereits 1988 mit ihrem Debutalbum „Schatten an der Wand“. Ihr letztes Album, „Neigelneu“, erschien 2011. Die Sängerin engagiert sich seit Beginn ihrer Karriere für soziale Zwecke. In diesem Jahr wird Julia Neigel ein neues Album veröffentlichen.