Grießsuppe
Schurbat Sarnid

Die Grießsuppe oder Schurbat Sarnid ist ein Gericht aus Tunesien. Sie zeichnet sich durch ihren milden und zugleich würzigen Geschmack aus, der durch die Kombination von Grieß, Gemüse und Gewürzen entsteht.Der Geschmack der Suppe ist angenehm cremig und leicht nussig durch den Grieß. Gewürze wie Kreuzkümmel und Piment verleihen der Suppe eine aromatische Tiefe, während frisches Gemüse wie Fleischtomaten für eine leichte Süße und zusätzliche Textur sorgen. Oft wird die Suppe mit frischen Kräutern wie Minze garniert, was ihr eine zusätzliche Frische verleiht.

Herkunft: Tunesien
Kategorie: Vorspeisen, Suppen

Vorbereitungszeit: 10 Minuten
Zubereitungszeit: 45 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

250 g gekochtes Lammfleisch
2 EL Öl
4 Zehen(n) Knoblauch
1 TL Kreuzkümmel
1 TL Rosenpaprika
½ TL Piment gemahlen
½ TL Cayennepfeffer
1 Prise Salz
2 Fleischtomaten
200 g Hartweizengrieß
1 EL Kapern
1 Bund Minze
1 Zitrone(n)

Vorbereitung

Die Fisch- oder Fleischreste in kleine Würfel schneiden. Die Knoblauchzehen schälen und grob hacken. Die Zitrone in Spalten schneiden.

Zubereitung

Das Öl in einem großen Topf erhitzen und die Knoblauchzehen darin anbraten. Die Gewürze und Salz darüberstreuen. Die Fisch- oder Fleischstücke dazugeben und weiterbraten. Die Tomaten würfeln, mit etwas Wasser vermischen und in den Topf geben. Etwas anschmoren, dann mit 1 ½ l Wasser ablöschen. Zum Kochen bringen, den Grieß hineinstreuen und etwa 20 Minuten köcheln lassen. Die Kapern hinzufügen und den Topf vom Feuer nehmen. Die Suppe zugedeckt 10 Minuten ziehen lassen. Die Minze fein hacken und darüberstreuen. Heiß servieren und Zitronenspalten dazu reichen.

© 2026 coquina.de