

15 warme Eintöpfe zum Wohlfühlen



Draußen wirbelt buntes Laub über die Gehwege. Drinnen mummeln wir uns gemütlich in Woldecken ein. Nur eine prall gefüllte Suppenschüssel mit dampfend heißem Comfort Food fehlt uns noch zu unserem Glück: Mal mit Kürbis und Birne, mal mit zarten Rindfleischstücken oder Fenchelsalami vertreiben diese 15 Eintopf-Rezepte Schmuddelwetter und Herbstblues.

Okra-Eintopf und Reis mit Vermicelli

Kennst du die Okraschote? Falls nicht, gibt dir Rafiks Okra-Eintopf einen köstlichen Grund, sie kennenzulernen. Die gesunden Exoten werden mit [Rindergulasch](#), passierten Tomaten und Granatapfelsirup zu einem wahren Schlemmergericht, das dir ein breites Lächeln ins Gesicht zaubert. [Zum Rezept](#)



[Okra-Eintopf und Reis mit Vermicelli](#) © Rafik Halabi | Bistro Badia

Minestrone

Im Prinzip ist Kochen ganz einfach. Glaubst du nicht? Dann solltest du unbedingt diese bunte Minestrone ausprobieren. Würzige Brühe, frisches Gemüse und die [Lieblingsnudeln](#) reichen aus, um den italienischen Wohlfühl-Eintopf auf den Tisch zu bringen. [Zum Rezept](#)



[Minestrone](#) © Catrin Neumayer | Cooking Catrin

Kalorienarme Gefüllte-Paprika-Suppe

[Gefüllte Paprika](#) in der unkomplizierten Variante aus dem Suppentopf: Was bei Marsha so traumhaft deftig nach Leibspeise schmeckt, ist nicht nur ratzfatz zubereitet,

15 warme Eintöpfe zum Wohlfühlen

sondern dank magerem Rinderhack, frischem Gemüse und aromatischen Gewürzen auch noch ganz figurfreundlich. [Zum Rezept](#)



[Gefüllte-Paprika-Suppe](#) © Marsha Silenzi | Eine Prise Lecker

Kartoffel-Möhren-Eintopf

Manchmal sind es die einfachen Sachen, die dir den Tag retten. Ohne viel Chichi, aber mit vollem Aroma ist Janinas Kartoffel-Möhren-Eintopf der Seelentröster, der mit sämigen Kartoffelstücken, durchwachsenem Speck und frischem Gemüse ein warmes „Alles wird gut“ flüstert. Hörst du es auch? [Zum Rezept](#)



[Kartoffel-Möhren-Eintopf](#) © Janina Lechner | Kleines Kulinarium

Kefta Tajine mit Süßkartoffel und Zitrone

Fernweh im Kochtopf: In der nordafrikanischen Tajine sorgen Ingwer, Kurkuma und Ras el Hanout für exotische Geschmacksnuancen und Rinderhack mit Süßkartoffeln für satte Zufriedenheit. [Zum Rezept](#)

15 warme Eintöpfe zum Wohlfühlen



Kefta Tajine mit Süßkartoffeln und Zitrone © Foodistas

Vegetarisches Jambalaya

Während sich viele Gerichte mit etwas Know-how ganz einfach "vegetarisieren" lassen, ist fleischloses Jambalaya eine knifflige Geschichte. Der kreolische Eintopf zieht nämlich ganz viel Geschmack aus einer pikanten Wurstspezialität, die in der Veggie-Variante natürlich nichts zu suchen hat. Zum Glück hat Simone einen alternativen Geschmacksträger gefunden und teilt ihr Geheimnis mit uns. [Zum Rezept](#)



Vegetarisches Jambalaya © Simone Filipowsky | S-Küche

Ungarische Gulaschsuppe

Es gibt Klassiker, die einfach nie aus der Mode kommen. Dazu gehört definitiv unsere ungarische Gulaschsuppe mit zart geschmortem Rindfleisch und bunten Paprikawürfeln - so gut, dass sie jedem hippen Foodtrend mühelos den Rang abläuft. [Zum Rezept](#)



Ungarische Gulaschsuppe

15 warme Eintöpfe zum Wohlfühlen

Linsen-Chili mit Grünkern und Grünkohl

Feurig wie ein solides Chili, aber ohne Fleischeinlage. Statt Rinderhack machen sich's Bernsteinlinsen in diesem Chili sin Carne zusammen mit Grünkohl, Spitzpaprika und roten Chilischoten bequem. [Zum Rezept](#)



[Linsen-Chili mit Grünkern und Grünkohl](#) © Elle Teuscher | Elle Republic

Kürbiscurry mit Birne und Kokosmilch

Was haben Kürbis und Birne gemeinsam? Sie feiern jedes Jahr im Herbst ein grandioses Comeback, weil sie sich immer wieder neu erfinden. Mit sahniger Kokosmilch und mildem Madras-Gewürz verwandeln sie sich auf Stefanies Herd in ein herrliches Kürbis-Birnen-Curry, das zum Schluss mit einem Klecks griechischem Joghurt verfeinert wird. [Zum Rezept](#)



[Kürbiscurry mit Birne und Kokosmilch](#) © Stefanie Hiekmann | schmecktwohl

Möhreneintopf mit würziger Fenchelsalami

Lass dich beim nächsten Bummel über den Wochenmarkt von buntem, knackigem Möhrengemüse verführen. Es köchelt zusammen mit Fenchelsalami, Weißwein und etwas Knollensellerie zu einem unfassbar leckeren Eintopf ein, den du sogar anspruchsvollen Mamas und Papas kredenzen kannst. [Zum Rezept](#)

15 warme Eintöpfe zum Wohlfühlen



Möhreneintopf mit würziger Fenchelsalami © Foodistas

Italienischer Kürbis-Fenchel-Eintopf mit Pancetta

Bei Sandra sorgen zwei ihrer Lieblingsgemüse für ordentlich Geschmackswirbel: Süßlicher Kürbis und Fenchel mit feiner Anisnote werden zusammen mit würzigem, italienischem Pancetta zu einem wohligen Seelentröster zubereitet. [Zum Rezept](#)



Italienischer Kürbis-Fenchel-Eintopf mit Pancetta © Sandra Cetin | Hase im Glück

Libanesischer Schmortopf

Die Welt ist bunt und macht mit ihrer Vielfalt auch vorm Kochtopf nicht halt. Zum Glück! Denn sonst dürften wir nicht den warmen Duft von Zimt und satten Geschmack von Perlgraupen in Elsas libanesischem Schmortopf genießen. [Zum Rezept](#)

15 warme Eintöpfe zum Wohlfühlen



Libanesischer Schmortopf © Ela | Transglobal Pan Party

Weiße Bohnen und Mangold Minestrone auf Quinoa

Wer beim Stichwort „Suppe“ das Näschen rümpft, hat noch nicht diese wunderbare Mangold Minestrone probiert. Randvoll mit leichtem Gemüse, weißen Bohnen und Quinoa als Sattmacher-Extra kann der italienische Eintopf nicht nur Suppenkasper voll und ganz überzeugen. [Zum Rezept](#)



Weiße Bohnen und Mangold Minestrone auf Quinoa © Daniela & Michael Becker | Flowers on my plate

Japanisches Curry mit Udon Nudeln und pochiertem Ei

"Mhmm ... oishi!" Das bedeutet auf japanisch so viel wie "leeecker" und mehr Worte braucht das fernöstliche Curry-Süppchen mit Udon Nudeln und wachweich pochiertem Ei auch nicht. Ab zum Asiamarkt ein paar Basics kaufen und nachkochen. [Zum Rezept](#)

15 warme Eintöpfe zum Wohlfühlen



Japanisches Curry mit Udon Nudeln und pochiertem Ei

© Jessica Benczewski | Berliner Küche

Vegane Soljanka

Soljanka ist ein kräftiger Eintopf aus dem osteuropäischen Raum, bei dem eingelegte Gurken mit ihrer feinen, säuerlichen Note nicht fehlen dürfen. Aber auf die Fleischeinlage kannst du, wie Franzi, getrost verzichten und deine Soljanka ganz vegan auf den Tisch bringen. [Zum Rezept](#)



Vegane Soljanka © Franzi Schädel | Wo geht's zum Gemüseregal?