Schmeck den Süden
Baden-Württemberg

Pikante Rote Bete-Suppe mit Ingwer & Orange

Kräftige Farbe & viel Geschmack

Die erdige und süße Rote Bete harmoniert mit fruchtigen Aromen von Birnen, Äpfeln oder Quitten sehr gut. Gibt man Ingwer und Orangenabrieb zur Bete wird daraus eine aufregende Aromen-Freundschaft. Ich habe sehr viel Ingwer im Rezept verwendet, da ich den scharf-zitronigen Geschmack und die wärmende Wirkung sehr schätze. Mit Chili wird es noch feuriger.

Wer die Suppe vegan zubereiten möchte, nimmt statt Butter ein mildes Öl. Statt Sauerrahm kann eine Nussmus als Topping eingesetzt werden.

Viel Spaß beim Experimentieren und dem Genuss dieser extravaganten „Noch-Winter"-Suppe.

Hier die heutige Rezeptur für unsere **„Pikante Rote Bete-ssuppe mit Ingwer und Orange“**:

Zutaten

- 500 g rote Bete, gekocht & geschält
- 500 ml Gemüsebrühe

- 100 ml Apfel- oder Quittensaft
- 100 g Zwiebeln
- 2 Frühlingszwiebeln
- 65 g Butter oder Öl (Z. B. Sonnenblumenöl)
- 30 g Ingwer, geschält und fein gewürfelt
- 2 Knoblauchzehen, geschält und gewürfelt
- Abrieb einer Viertel Bio-Orange
- 1 TL Zucker
- Wer möchte: 1 Chilischote, gewürfelt
- Wer möchte: 1/2 TL Lebkuchengewürz oder Muskatnuss
- Salz & Pfeffer

Extra: Walnüsse, zerbröckelter Schafskäse und Sauerrahm/Schmand zum Servieren

Zubereitung

Butter oder Öl in einem Topf erhitzen.

Die Zwiebeln und das Weiße der Frühlingszwiebeln grob würfeln und mit dem Ingwer, Chili und Knoblauch in den Topf geben.

Alles circa 2-3 Minuten rührend anbraten.

Dann die gekochte Rote Bete grob würfeln und zugeben. Mit Saft ablöschen und den Abrieb von 1/4 Bio-Orange zugeben.

Mit Gemüsebrühe angießen, Deckel aufsetzen und alles 15 Minuten köcheln lassen.

Die Suppe mit einem Pürierstab fein mixen und mit Salz, Zucker, Pfeffer und etwas Lebkuchengewürz (oder Muskatnuss) abschmecken.

Zum Servieren etwas Sauerrahm, zerbröckelten Schafskäse und Walnüsse in die Suppe geben. Das Grüne der Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden und auf der Suppe verteilen.

Tipp: Dazu Brot servieren.