

Pikante Rote Bete-Suppe mit Ingwer & 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.