Rezept

Rote-Bete-Creme mit Ingwer

Ein Rezept von Rote-Bete-Creme mit Ingwer, am 29.04.2024

Zutaten

300 g	gegarte Rote Beten (vakuumverpackt)
1 Stück	Ingwer (etwa 3 cm)
1 EL	neutrales Öl
	Salz
1 TL	gemahlener Koriander
3/4 l	Gemüsebrühe
2	Frühlingszwiebeln
100 g	Crème fraîche
	Pfeffer
1 Kästchen	Gartenkresse

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 160 kcal

Zubereitung

1. Rote Beten grob würfeln und in einer hohen Schüssel mit einem Pürierstab mit der Gemüsebrühe fein pürieren.

2. Ingwer schälen und fein hacken. Von den Frühlingszwiebeln Wurzelbüschel und welke grüne Teile abschneiden. Zwiebeln waschen und in feine Ringe schneiden.

3. In einem Suppentopf das Öl erhitzen. Darin den Ingwer und die Zwiebelringe andünsten. Rote-Bete-Püree dazugeben und heiß werden lassen, Crème fraîche mit einem Schneebesen unterschlagen. Die Suppe mit Salz, Pfeffer und Koriander abschmecken, in tiefe Teller oder Suppenschalen füllen. Kresse mit einer Küchenschere vom Beet schneiden und in ein Schälchen füllen. Die Suppe beim Essen damit bestreuen.