

Rezept

Deftiger Steckrübeneintopf

Ein Rezept von Deftiger Steckrübeneintopf, am 09.06.2026

Zutaten

2	Steckrüben (ca. 1,2 kg)	600 g	fest kochende Kartoffeln
4	kleine Möhren	1	kleine Stange Lauch
2	Zwiebeln	½	Knoblauchzehe
2	rote Chilischoten	1	½ EL Butter
	1,2 l Rinderbrühe	½ TL	Currypulver
	Salz		Pfeffer
	frisch geriebene Muskatnuss	250 g	Wurzelspinat
4	Stängel Majoran	100 g	Sahne

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 470 kcal

Zubereitung

1. Die Steckrüben und Kartoffeln schälen, waschen und getrennt in ca. 1,5 cm große Würfel schneiden. Die Möhren schälen und in dünne Scheiben schneiden. Den Lauch längs vierteln, waschen, putzen und in ganz feine Streifen schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen und klein würfeln. Die Chilischoten längs halbieren, Kerne entfernen, die Hälften waschen und fein hacken.
2. Die Butter in einem Suppentopf bei mittlerer Hitze zerlassen. Darin Zwiebeln, Knoblauch, Chili und den Lauch andünsten. Anschließend die Temperatur erhöhen und alles unter Rühren braten, bis die Zwiebeln ganz leicht bräunen. Steckrüben und Möhren dazugeben und unter Rühren 1 Min. mitbraten. Brühe und Kartoffeln dazugeben, mit Currypulver, Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Zugedeckt bei mittlerer Hitze 25-30 Min. kochen lassen.
3. Inzwischen den Spinat verlesen, putzen, waschen und trocken schleudern. Große Blätter eventuell etwas kleiner schneiden und grobe Stiele entfernen. Den Majoran abrausen, trocken schütteln und die Blättchen fein hacken.
4. Vom Eintopf 1 Schöpfkelle abnehmen und mit einem Stabmixer pürieren. Das Püree mit Sahne, Spinat und Majoran unter den Eintopf rühren und ca. 5 Min. mitkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.