

Rezept

## Rote-Bete-Suppe mit Ingwer

Ein Rezept von Rote-Bete-Suppe mit Ingwer, am 01.10.2023

### Zutaten

<b>2</b> Zwiebeln	<b>1 Stück</b> Ingwer (ca. pflaumengroß)
<b>1 EL</b> Butter	<b>300 g</b> Rote Beten
<b>1</b> Apfel	<b>1/2 l</b> Rote-Bete-Saft (Reformhaus)
<b>200 g</b> Sahne	<b>50 g</b> Frischkäse
<b>2 TL</b> gekörnte Gemüsebrühe	Salz
Pfeffer	<b>2 EL</b> Crème fraîche

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 715 kcal

### Zubereitung

1. Die Zwiebeln und den Ingwer schälen und fein hacken. Die Zwiebeln in der Butter bei schwacher Hitze ca. 2 Min. anschwitzen. Den Ingwer dazugeben und mitbraten.

---

2. Die Roten Beten schälen und klein schneiden. Den Apfel schälen, das Kerngehäuse entfernen und den Apfel klein schneiden. Apfel und Rote Beten mit in den Topf geben. Den Rote-Bete-Saft, die Sahne, 150 ml Wasser, Frischkäse und Brühe dazugeben, alles einmal aufkochen und ca. 15 Min. leise kochen lassen.

---

3. Die Suppe fein pürieren und ggf. noch etwas Brühe dazugeben. Weitere 5 Min. leise kochen lassen, salzen und pfeffern. Die Suppe auf zwei Teller verteilen und jeweils mit 1 EL Crème fraîche servieren.