

## Rezept

# Rote-Bete-Suppe mit Schafskäse-Gremolata

Ein Rezept von Rote-Bete-Suppe mit Schafskäse-Gremolata, am 28.06.2026

## Zutaten

<b>300 g</b> frische Rote Beten	<b>1 kleine</b> mehligkochende Kartoffel
<b>2</b> Frühlingszwiebeln	<b>1 TL</b> frische Rosmarinnadeln
<b>1 EL</b> neutrales Pflanzenöl	<b>500 ml</b> Gemüsebrühe (Instant oder selbst gekocht)
<b>1 kleine</b> Bio-Orange (am besten Blutorange)	<b>80 g</b> Schafskäse (Feta)
Salz	schwarzer Pfeffer

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 240 kcal

## Zubereitung

1. Die Roten Beten putzen, schälen und in kleine Würfel schneiden; dazu am besten Küchenhandschuhe anziehen, denn die Rüben färben stark ab. Die Kartoffel schälen und grob in Stücke schneiden.
2. Die Frühlingszwiebeln putzen und waschen, die weißen Teile grob hacken, schönes Grün in feine Ringe schneiden und in einer kleinen Schüssel beiseitestellen. Die Rosmarinnadeln sehr fein hacken und die Hälfte davon zum Frühlingszwiebelgrün geben.
3. Im Suppentopf das Öl erhitzen. Bei kleiner Hitze die weißen Frühlingszwiebeln und den übrigen Rosmarin darin andünsten. Die Rote-Bete-Würfel und Kartoffelstücke dazugeben, dann die Brühe angießen und aufkochen. Das Gemüse bei schwacher Hitze in 35-40 Min. zugedeckt weich garen.
4. Inzwischen für die Gremolata die Orange heiß waschen und abtrocknen. Die Schale fein abreiben, den Saft auspressen. 50 ml vom Orangensaft zur Suppe gießen und mitkochen. Knapp 1 EL Orangenschale zu Frühlingszwiebelgrün und Rosmarin geben und den Schafskäse dazukrümeln, dann alles vorsichtig vermischen.
5. Wenn die Kartoffel- und Rote-Bete-Stücke weich sind, die Suppe fein pürieren (Vorsicht, es kann spritzen!) und mit Salz, Pfeffer und eventuell noch etwas Orangensaft abschmecken. Ist zu viel Flüssigkeit verkocht, noch etwas Brühe oder Wasser angießen. Die Rote-Bete-Suppe auf zwei große Schalen verteilen und mit der Gremolata bestreut heiß servieren.