

Rezept

Rotkohl-Borschtsch

Ein Rezept von Rotkohl-Borschtsch, am 14.12.2025

Zutaten

2 Zwiebeln	3 Möhren
100 g Räuchertofu	1 Knoblauchzehe
400 g Rotkohl (geputzt)	7 EL neutrales Pflanzenöl
100 g ungeschälte Graupen	1 TL Kümmelsamen
2 Lorbeerblätter	1 Glas Rote-Bete-Würfel (425 ml)
1 l Gemüsebrühe (selbst gemacht oder Instant)	Salz
Pfeffer	1 EL Zucker
150 g gemischte frische Pilze	½ Bund Petersilie
150 g saure Sahne	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 485 kcal

Zubereitung

1. Die Zwiebeln schälen und in Streifen schneiden. Die Möhren schälen, putzen und in Scheiben hobeln. Den Tofu würfeln. Den Knoblauch schälen und in Scheibchen schneiden. Den Rotkohl waschen und in dünne Streifen schneiden oder hobeln.
2. Im Suppentopf 4 EL Öl erhitzen und das vorbereitete Gemüse hineingeben. Graupen, Kümmel und Lorbeerblätter ebenfalls dazugeben und alles bei mittlerer Hitze dünsten, bis die Zwiebeln glasig sind. Rote Bete samt Einlegesud zum Gemüse geben und die Gemüsebrühe dazugießen. Mit Salz und Pfeffer sowie dem Zucker abschmecken, dann alles zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 40 Min. kochen.
3. Währenddessen die Pilze trocken abreiben, putzen und würfeln. Die Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blätter hacken. In einer Pfanne das übrige Öl erhitzen und die Pilze darin goldbraun braten. Petersilie unterrühren, salzen und pfeffern. Die saure Sahne leicht salzen und cremig rühren. Den Borschtsch auf vorgewärmte Schüsseln oder Suppenteller verteilen und mit den Pilzen und der sauren Sahne anrichten.