



Rote Bete mit Kartoffel-Suppe

2 Portionen

2 kleine Rote Bete
250 g Kartoffeln
200 ml Gemüsebrühe
1 kleine Zwiebel
Salz und Pfeffer
wenig Sahne
1/4 Bund Petersilie
Zucker
Öl

4 Portionen

3
500 g
400 ml
1 große
50 g
1/2 Bund

Zubereitung

Die Rote Bete und Kartoffeln in einen Topf geben, mit Wasser begießen und gemeinsam ca. 15 - 20 Minuten kochen lassen. Abschrecken, pellen, in Stücke schneiden.

Die Zwiebel einem hohen Topf mit etwas Öl weichdünsten. Die Gemüsewürfel zugeben, kurz mitdünsten, mit der Brühe begießen, aufkochen lassen und mit einem Pürierstab alles pürieren.

Abschmecken mit Salz, Pfeffer und Zucker.

In Tassen füllen, die Sahne dazu geben und mit der gehackten Petersilie bestreuen.

Dazu passt ein leckeres Brot mit selbstgemachter Veggie-Paste aus unserem aktuellen Newsletter.

Das sollten Sie zuhause haben:
Salz, Pfeffer, Bratöl, Zucker

Tipp:
Wer mag dünstet zur Zwiebel noch etwas Ingwer mit, sehr lecker und so gesund :-)

