

ROTE-BETE-SUPPE MIT JOGHURT

Kategorie: SUPPEN



Zutaten für 1 Portion:

- 250 g Rote Bete
- 70 ml Joghurt (Ziege)
- 30 ml Crème fraîche
- 150 ml Gemüsebrühe
- 1 Esslöffel Rapsöl
- 1 Prise Salz
- 1 Bund Schnittlauch
- 1 Bund Petersilie

ZUBEREITUNG:

Die gekochte Rote Bete grob würfeln. Die Kräuter waschen und trocken schleudern. Den Schnittlauch sehr fein, die Petersilie grob hacken.

Einen kleinen Teil der Rote Bete beiseite stellen, den Rest in einem Topf mit wenig Rapsöl anschwitzen, dann mit Gemüsebrühe auffüllen und zum Siedepunkt bringen.

Den Topf vom Herd nehmen und alles mit dem Stabmixer pürieren. Joghurt und Crème fraîche unterheben und abschmecken.

Zum Schluss die restliche Rote Bete Würfel als Einlage beifügen. Mit Crème fraîche, Schnittlauch und Petersilie garnieren.