

Schwarzwurzelsüppchen

Cremesuppe aus Schwarzwurzeln und Rote Bete

etwa 6 Portionen  gelingt leicht  bis 40 Minuten



Zutaten:

Zitronen-Milchwasser:

- 1 l Wasser
- 2 EL Zitronensaft
- 4 EL Milch

Zutaten:

- 500 g Schwarzwurzeln
- 100 g Zwiebeln
- 2 EL Speiseöl, z. B. Rapsöl
- 3 EL Weißwein
- 500 - 600 ml Brühe
- 150 g Dr. Oetker Crème fraîche Classic
- Salz
- frisch gemahlener Pfeffer
- Muskatnuss

Außerdem:

- 150 g Rote Bete
- 1 EL gehackte glatte Petersilie

1 Vorbereiten:

Rote Bete unter fließendem kaltem Wasser gründlich abbürsten und in einem Topf mit Wasser bedeckt in etwa 45 Min. gar kochen. Dann schälen und in kleine Würfel schneiden. Wasser mit Zitronensaft und Milch verrühren. Schwarzwurzeln schälen und einige Zeit in das Zitronen-Milchwasser legen, damit die Stangen weiß bleiben. Zwiebeln abziehen und in Würfel schneiden. Schwarzwurzeln in kleine Stücke schneiden.

2 Zubereiten:

Öl in einem Topf erhitzen und Zwiebelwürfel darin dünsten. Schwarzwurzeln zugeben und kurz mitdünsten. Mit Weißwein und Brühe ablöschen. Alles zum Kochen bringen und mit Deckel etwa 20 Min. schwach kochen lassen. Suppe pürieren, evtl. passieren. 1/2 Be. Crème fraîche unterrühren und mit den Gewürzen abschmecken. Suppe auf Teller oder in Suppentassen verteilen und auf jede Portion einige Rote-Bete-Würfel, gehackte Petersilie und etwas Crème fraîche geben.



Versuchsküche

Rezepte und Tipps

Tipps aus der Versuchsküche

- Statt frischer Schwarzwurzeln können auch Schwarzwurzeln aus dem Glas (Abtropfgew. 320 g) verwendet werden. Diese auf einem Sieb abtropfen lassen, klein schneiden und in den gedünsteten Zwiebeln mit Wein und Brühe nur kurz aufkochen, dann wie beschrieben fortfahren.
- Ersetzen Sie Crème fraîche durch Crème légère.
- Noch schneller geht es, wenn Sie Rote Bete aus dem Glas nehmen, diese braucht nicht mehr gekocht werden.

