

Rote-Bete-Suppe

Zutaten für 4 Personen:

400 g Rote-Bete

300 ml Fleischbrühe

Majoran, Salz, Pfeffer,

Balsamicoessig

2 EL Meerrettich (Glas oder frisch gerieben)

3EL Saure Sahne 10% Fett



Rote-Bete schälen, waschen und in kleine Würfel schneiden. In einem Topf mit der Brühe aufsetzen und gar kochen. Mit einem Mixstab pürieren und mit den Gewürzen abschmecken.

Die Suppe in Schalen anrichten und auf jede Portion etwas Saure Sahne geben.

Pro Portion:

Energie 90 kcal

Fett 4 g

Kohlenhydrate 7 g

Eiweiß 5 g