



25 Minuten

 Einfach

ROTE BEETE SUPPE MIT KÄSE-CROÛTONS, KRESSE UND KÖRNIgem FRISCHKÄSE

Unser Rote Beete Suppe Rezept hat es in sich: Mit herzhaften Käse-Croûtons, süßen Himbeeren und Körnigem Frischkäse kommst du gut durch die kalte Jahreszeit.

 *So wirds gemacht :*

SCHRITT 1

Für unser Rote Beete Suppe Rezept zuerst Schalotten und Knoblauch schälen und grob würfeln. Die Rote Bete ebenfalls grob in Stücke teilen und den Saft auffangen. Butter und Olivenöl in einem Topf erhitzen und Schalotten- und Knoblauchwürfel darin 2-3 Min. anbraten. Rote Bete und Himbeeren in den Topf geben und mit Gemüsebrühe auffüllen.

SCHRITT 2

Alles geschlossen 10 Min. köcheln lassen. Anschließend den Topf vom Herd nehmen und die Suppe fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und bis zum Servieren warm halten.

SCHRITT 3

Um die Suppen Croutons selbst machen zu können, die Baguette Scheiben in Würfel schneiden und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben. Den Käse ebenfalls in kleine Würfel teilen und auf dem Baguette verteilen. Den Ofen auf Grillstufe vorheizen und die Brotwürfel rösten und mit Käse überbacken.

SCHRITT 4

Rote Beete Suppe einfach mit Käse-Croûtons, Körnigem Frischkäse und Kresse servieren.

NÄHRWERTE



Zutaten

4 Portionen

3 mittelgroße Schalotten

2 Knoblauchzehen

500 g Rote Bete, vorgegart

1 EL Butter

1 TL Olivenöl

200 g TK-Himbeeren

400 ml Gemüsebrühe

Salz, Pfeffer

200 g MILRAM Körniger Frischkäse

1 Schale Kresse

5 Scheiben Baguette

100 g MILRAM Nordlicht

1 Portion enthält durchschnittlich:

Energie: 1300/311

Fett: 13 g

Kohlenhydrate: 25 g

Eiweiß: 16 g