

Rote-Beete-Kokos-Suppe



ZUTATEN

- 800 g Rote Beete
- 2 Zwiebeln
- 1 Stk. frischer Ingwer (daumengroß)
- 3 EL neutrales Öl
- 750 ml Gemüsebrühe
- 750 ml Kokosmilch
- 1 EL Zitronensaft

- Meerrettich (frisch gerieben oder aus dem Glas)
- Salz und Pfeffer

Topping nach Belieben:

- frische Sprossen (Radieschen, Alfalfa-Rettich)

 **4 Personen**

 **30 Minuten**

 **leicht**

ZUBEREITUNG

- 1** Rote Beete schälen und in grobe Würfel schneiden. Zwiebeln und Ingwer ebenfalls schälen und klein würfeln.
- 2** Öl mit 2 EL Wasser in einem Topf erhitzen und die Zwiebelwürfel mit dem Ingwer darin andünsten. Die Rote Beete dazugeben und mit der Gemüsebrühe sowie der Kokosmilch aufgießen.
- 3** Alles aufkochen lassen und etwa 20 Minuten auf kleiner Hitze kochen, bis die Rote Beete weich ist.
- 4** Die Suppe fein pürieren und mit Zitrone, Meerrettich, Salz und Pfeffer abschmecken. Danach im Suppenteller portionieren und mit den gewaschenen Sprossen garnieren.

So schmackhaft kann Souping sein!

Tipp: Vor dem Schälen und Schneiden der Roten Beete Handschuhe anziehen!