

Rote Rüben- Macchiato



Sei amol g'riasig!

ZUBEREITUNG

30 min



Zutaten

FÜR 4 PERSONEN

- 3 kleine Rote Rüben (das sind ca. 500 g)
- 2 kleine Zwiebeln
- 1 l Gemüsebrühe
- 1/2 TL gelbe Senfkörner
- jodiertes Salz
- 4 EL Sauerrahm
- etwas Chilipulver
- 200 ml fettarme Milch
- 1 gehäufter EL frisch geriebener Kren

Zubereitung

- 1 Rote Rüben und Zwiebeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Zusammen mit der Gemüsebrühe zum Kochen bringen. Salz und Senfkörner zugeben und bei geringer Energiezufuhr und geschlossenem Deckel mindestens 20 Minuten weichkochen. (Achtung: Rote Rüben färben stark ab – am besten mit Einmalhandschuhen schälen!)
- 2 Zwischenzeitlich die Milch mit dem geriebenen Kren ca. 15 Minuten sanft köcheln lassen, durch ein Sieb abgießen und mit dem Mixstab aufschäumen.
- 3 Die Suppe nun mit dem Mixstab pürieren, dabei den Sauerrahm zugeben und schließlich abschmecken.
- 4 Suppe in 4 Gläser (oder auch Suppenteller) füllen. Den Milchschaum mit dem Löffel darauf verteilen und sofort servieren.

Tipp

Der Milchschaum schmeckt ausgezeichnet. Um Zeit zu sparen kann man ihn aber weglassen und den Kren einfach mitpürieren.