



# ROTE ROHNEN SUPPE

## BLEIB BERG BASIS-SUPPENREZEPTE



20 Minuten



4 Personen



85 kcal p. P.

„Wir kochen mit Hingabe und Köpfchen. Wir verwenden ausschließlich darmschonende Lebensmittel und kreieren daraus unerwartete Gaumenfreuden für Sie. Gesund, regional & saisonal. Gerne teilen wir unser Know-how mit Ihnen!

Wir wünschen viel Freude beim Kochen & Genießen!“

Bettina Mitter-Melcher, BLEIB BERG Küchenchefin

### ZUBEREITUNG

Die Roten Rohnen, die geschälte Erdäpfel und die Petersilienwurzel klein schneiden, in Olivenöl anschwitzen, mit Gemüsebrühe und Rohnensaft aufgießen und würzen.

20 Minuten köcheln lassen und anschließend aufmixen.  
Die Milch oder den Mandeldrink erwärmen,

Etwas Kren fein reiben und zur erwärmten Milch mischen.  
Anschließend die Kren-Milch aufschäumen und als Dekoration auf die Suppe geben.

### ZUTATEN

300 g Rote Rohnen gekocht  
250 g Roter Rohnensaft  
(Reformhaus)  
1 l Gemüsebrühe  
1 Erdäpfel  
1 Petersilienwurzel  
1 Kren Wurzel  
250 ml laktosefreie Milch  
oder Mandeldrink

Salz  
Pfeffer  
Olivenöl  
Muskat  
Zimt  
Kümmel

