



Kochdauer:

Schnell gekocht (bis 30 Minuten)

Schwierigkeit:

einfach

Zutaten für 4 Portionen:

- 120 g fein gehackte Zwiebeln
- 20 g Butter
- 20 g Mehl
- 1 l Gemüsesuppe
- 150 g Frischkäse, natur
- Salz
- Pfeffer
- Zitronensaft
- 4 EL geriebener Kren
- Dill
- Kresse
- 1 Stk. Rote Rübe
- Kräutersalz

Mein persönlicher Tipp

Sehr gut passen auch in Butter geröstete Schwarzbrot- oder Weißbrotwürfel zu dieser Suppe. Anstelle von Mehl kann ein geriebener, mehliger Erdapfel zum Binden mit gekocht werden.:

Monika Schachner

Seminarbäuerin aus St. Stefan ob Leoben

Quellen:

- Seminarbäuerinnen Steiermark:
Frisch aufgetischt

Krenschaumsuppe mit Rote-Rüben-Chips

Zubereitung

Chips

- Für die Chips die rote Rübe mit der Schneidmaschine in 1mm dicke Scheiben schneiden, diese einzeln auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit Kräutersalz leicht bestreuen und bei 70° Grad im Backofen ca. 30 Minuten trocknen. Die Türe dabei leicht geöffnet lassen (einen Kochlöffelstiel einklemmen), damit die Feuchtigkeit entweichen kann.

Krenschaumsuppe

- Zwiebel schälen, fein schneiden und in der heißen Butter anschwitzen, Mehl zugeben und leicht bräunen, anschließend mit der klaren Gemüsesuppe aufgießen, Frischkäse dazugeben und in der Flüssigkeit auflösen.
- Die Suppe mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen, zum Schluss den Kren zugeben, abschmecken und mit dem Pürierstab nochmal aufschäumen.
- Die Suppe mit fein gehackten Kräutern bestreuen und mit den Rote-Rüben-Chips servieren.