



REZEPT DER WOCHE

KW 14 04.04. – 10.04.2022

Rote-Bete-Suppe mit Möhren (Für 6 Portionen)

Das brauchen Sie:

- 4 Rote Beten (Art.Nr. 320) geschält und in grobe Stücke geschnitten
- 6 Möhren (Art.Nr. 300) geschält und in grobe Stücke geschnitten
- 3 Knoblauchzehen (Art.Nr. 410) ungeschält
- 5 EL Olivenöl (Art.Nr. 8627)
- 2 Lauchstängel (Art.Nr. 406) in dicke Scheiben geschnitten
- 1,5l Wasser
- 1 EL Klare Suppe (Art.Nr. 8272)
- 2 EL Zitronensaft (Art.Nr. 1760)
- 1 ½ TL Salz
- Etw. Pfeffer zum Abschmecken

Zum Servieren:

- 2 EL Pesto Verde (Art.Nr. 8276)
- 4 EL Hafersahne (Art.Nr. 14017)
- 1 Handvoll Mandelblättchen (Art.Nr. 5056)

Und so geht's:

Backofen auf 200 °C Umluft vorheizen.

Die Rote Bete, Möhren und Knoblauchzehen auf einem Backblech mit 3 EL Öl beträufeln, mit Salz und Pfeffer würzen und wenden. Im Ofen ca. 30 - 40 Minuten backen bis das Gemüse zart ist, dann herausnehmen. Die Knoblauchzehen aus der Schale drücken und die Schale entsorgen.

In einem Suppentopf 2 EL Olivenöl erhitzen und den Lauch darin etwa 5 Minuten lang andünsten. Die Rote Bete, Möhren, Knoblauch, Wasser und Klare Suppe hinzugeben und etwa 15 Minuten köcheln lassen. Zitrone begeben, alles zusammen mit einem Mixer cremig pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zum Servieren jeder Schüssel ½ TL Pesto begeben und einen kleinen Schuss Hafersahne dazu. Nach Wunsch mit Mandelblättchen verzieren.

Wir wünschen Ihnen gutes Gelingen!

Bei Rückfragen sind wir für Sie erreichbar:
Tel. (0 72 23) 8 06 22 30
E-Mail: info@deckersbiohof.de
www.deckersbiohof.de

DECKERS **BIO** **HOF**