



ROTE-BETE-APFELSUPPE MIT GEMÜSECHIPS

Vegan

Für ca. 6 Tassen (ca. 1 L)
Zubereitung: 30 Min. + Garzeit: 15 Min.

Zutaten:

500 g Rote Bete
2 säuerliche Äpfel
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 EL Öl zum Braten
400 ml Apfelsaft
200 ml Gemüsebrühe
150 ml Hafersahne
Salz · Pfeffer
ca. 40 g Gemüsechips (Fertigprodukt)

Rote Bete schälen. In kleine Stücke schneiden
. Äpfel vierteln, entkernen und würfeln
Zwiebel und Knoblauch schälen
Zwiebel fein würfeln, Knoblauch hacken.

Öl in einem Topf erhitzen.
Zwiebel und Knoblauch goldbraun anschwitzen.
Rote Bete und Äpfel zugeben. 2 Minuten mitdünsten.
Apfelsaft und Brühe zugeben.
Aufkochen und 20 Minuten köcheln lassen,
bis die Rote Bete weich ist.

Sahne zugeben. Aufkochen lassen.
Suppe fein pürieren, mit Salz und Pfeffer würzen.

Suppe in vorgewärmte Tassen
oder hitzebeständige Gläser füllen.
Gemüsechips dazu servieren

Gutes Gelingen und einen ebensolchen Appetit !!!