

## REZEPT

# Rote-Bete-Süppchen mit Meerrettich

## ZUTATEN

- ½ kg vorgekochte rote Beete
- 3 Stangen Sellerie
- 2 Möhren
- 1 l Gemüsebrühe oder Wasser
- 1 EL Apfelessig
- 3 EL Schamel Meerrettich Rachenputzer (oder mehr, je nach Geschmack)
- ½ TL Kreuzkümmel
- 1 TL Salz
- 1 TL Pfeffer
- Rapsöl

## ZUBEREITUNG

Rote Bete schälen und würfeln. Um rote Finger zu vermeiden, unbedingt Einmal-Handschuhe tragen! Selleriestangen und Möhrenin Scheiben schneiden.

Gemüse im Öl andünsten, danach mit Gemüsebrühe ablöschen, 20-30 Minuten köcheln lassen, das weiche Gemüse danach mit dem Stabmixer pürieren.

Die Suppe mit dem Apfelessig und Schamel Meerrettich Rachenputzer abschmecken und würzen

---

Weitere leckere Rezeptideen mit Meerrettich finden Sie auf [schamel.de](https://www.schamel.de)

---