

## Rote Bete Suppe mit Apfel-Ingwer-Möhren für 4 Personen



500 g Rote Bete	ungeschält in leicht gesalzenem Wasser ca. 15 Min. kochen. Pellen und grob zerkleinern.
200 g Möhren	schälen und in Scheiben schneiden.
200g Apfel	schälen, würfeln und mit etwas Zitronensaft</b> beträufeln.
150g große Zwiebel	und
1 Knoblauchzehe	sowie
2 cm St. Ingwer	ebenfalls würfeln und zusammen mit Karotten und Apfelstücke in etwas anrösten. Nun mit
Öl	ablöschen und ca. 15 Min. weich kochen lassen. Die Rote Bete in die Suppe geben.
1 l Gemüsebrühe	
2 El. Frischkäse,	und
1 El. Currypulver	zugeben und alles pürieren.
½ Tl. Zimt	Zum Schluss mit
Salz & Pfeffer	abschmecken.