



Sellerie trifft rote Beete

Zutaten:

300 gr. Sellerie
100 ml Sahne
300 ml Kokosmilch
rote Beete roh
Zwiebel
Knoblauch
Butter, Zitrone
Chilliflocken
Salz & Pfeffer



Milchschaumer / Sahnesprüher

Zubereitung:

Sellerie und Zwiebel schälen und anschließend in kleine Würfel schneiden. Öl in einen Topf geben und heiß werden lassen. Die Sellerie und Zwiebel hinein geben. Gleich umrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Kokosnussmilch ablöschen.

Einen zweiten Topf erhitzen. Währenddessen rote Beete schälen und ebenfalls in Stücke schneiden. Dazu eine halbe Zwiebel in kleine Würfel schneiden. Öl in den Topf geben, Zwiebel und rote Beete mit dazu geben und anbraten lassen. Dazu kommt eine Knoblauchzehe, in feine Scheiben geschnitten. Mit Sahne und einem Schluck Wasser nacheinander ablöschen.

Zu dem Sellerie-Ansatz ein Stück Butter dazugeben und mit einem Stabmixer pürieren. Anschließend auch den rote Beete-Ansatz durchmischen. Je nach Geschmack mit Chilliflocken, Zitrone und Salz nachwürzen.

Die rote Beete-Masse durch ein Sieb geben und die Masse in einen Sahnesprüher füllen. Die Selleriesuppe in Gläser abfüllen und die rote Beete-Creme auf die Suppe sprühen. Anrichten und Fertig!

Guten Appetit!



FRANKEN
FERNSEHEN