Lieblingsrezepte

Lebenshilfe
Landsberg am Lech

Inhaltsverzeichnis

Bärlauchknödel mit Gemüsesoße	S. 3
Belgische Waffeln	S. 4
Blumenkohlauflauf	S. 5
Bratkartoffeln mit Bratwürstel	S. 6
Bratwürstel mit Kraut und Salzkartoffeln	S. 7
Bunte Gemüsesuppe	S. 8
Bunter Nudelsalat	S. 9
Bunter Wurstsalat	S. 10
Clubsandwich	S. 11
Couscous-Salat	S. 12
Fleischpflanzerl	S. 13
Gelbe Beete Suppe	S. 14
Gemüseeintopf mit Wiener und Debreziner	S. 15
Griechischer Salat	S. 16
Hackbraten mit Bulgur	S. 17
Italienischer Kartoffel-Hack-Auflauf	S. 18
Karotteneintopf	S. 19
Kartoffelsalat	S. 20
Kartoffelsuppe	S. 21
Kohlrabisuppe mit Schnittlauchbrot	S. 22
Kürbisspätzle	S. 23
Lachsnudeln	S. 24
Linsen mit Spätzle und Wiener	S. 25
Linsensalat	S. 26
Milchreis mit Zimtkirschen	S. 27
Millirahmstrudel	S. 28
Nudelgratin	S. 29
Nudeln mit Pesto Rosso	S. 30
Panierter Schafskäse auf buntem Salatbett	S. 31
Pfannkuchen mit Marmelade	S. 32
Pizza	S. 33
Pizzatoast	S. 34

Rote Beete Salat S. 35
Rote-Linsen-Curry-Suppe S. 36
Roter Couscous-Salat S. 37
Sommersalat mit Putenstreifen S. 38
Spagetti Bolognese S. 39
Spargelauflauf S. 40
Spinat mit Ei und Kartoffeln S. 41
Spinatspätzle S. 42
Strammer Max mit Rettichbrot S. 43
Tomatensuppe mit Reis S. 44
Tortellini-Gemüseeintopf mit Kräutersalsa S. 45
Tortellini in Kräutersahnesoße S. 46
TSM Burger S. 47
Wokgemüse mit Bandnudeln S. 48
Würziger Kartoffelauflauf S. 49
Zucchininudeln S. 50
Zwiebelkuchen S. 51

Gelbe Beete Suppe

für 12 Personen

Zutaten

- 2 kg Gelbe Beete
- 1 Rote Beete
- 2 Zwiebeln
- 1,5 - 2 l Gemüsebrühe
- 1 EL Essig
- 2 Becher Saure Sahne
- Salz, Pfeffer
- Kümmel
- Kräutersalz
- Petersilie

Zubereitung

- Gelbe und Rote Beete schälen, in grobe Würfel schneiden und in zwei getrennte Töpfe geben
- Wasser in die Töpfe füllen, so dass die Gelbe und Rote Beete leicht bedeckt sind und ca. 20 Min. köcheln lassen
- Zwiebel in feine Würfel schneiden und anrösten
- Rote Beete aus dem Topf nehmen und abkühlen lassen
- Gelbe Beete im Topf lassen und Zwiebeln sowie Gemüsebrühepulver hinzugeben, den Topf mit Wasser auffüllen, so dass im Topf ca. 1,5-2 l Brühe sind
- anschließend alles pürieren
- Gelbe Beete Suppe mit 1 Becher Saurer Sahne verfeinern und mit Salz, Pfeffer und Kümmel abschmecken
- zum Schluss einen EL Essig hinzugeben
- Rote Beete fein würfeln
- Gelbe Beete Suppe in Teller füllen und mit der feingewürfelten Roten Beete, einem Klecks Saurer Sahne und Petersilie garnieren

Vorbereitungszeit: ca. 20 Minuten
Garzeit/Backzeit: ca. 20 Minuten

Guten Appetit ☺