



ALLES DRIN.

Fragen, Anregungen, Kritik? Oder auch Lob?
Kochunterstützung? Melde dich hier, ich freu mich:

01577/7707760

hallo@chriskochtüte.de

facebook.com/chriskochtuete (Eine Review wäre toll!)

chriskochtüte.de

Christoph Zettler- Laeiszstraße 15 - 20357 Hamburg

Rote-Beete-Eintopf mit Meerrettich-Sour-Cream-Dip und Apfelwürfeln

Es ist Feierabend. Glückwunsch:) Jetzt abschalten und entspannt kochen. Deswegen lies dir das Rezept vorab einmal komplett durch. Und leg dir schon mal Olivenöl, Salz, Pfeffer, ein Schneidebrett, einen großen Topf, einen Wasserkocher sowie eine Müslischale bereit. So lässt es sich entspannt kochen. Und in ca. 40 min gibt´s lecker Essen!

Rote Beete sowie **Apfel** schälen und klein würfeln (Achtung: Die Rote Beete färbt stark ab). **Zwiebel** schälen, halbieren und grob würfeln. Topf mit etwas Olivenöl auf hoher Hitze erhitzen. Rote Beete, Zwiebel sowie die Hälfte der Apfelstücke im Topf ca. 4-5 Min anbraten. Nicht verbrennen lassen. Öfters umrühren.

Währenddessen Wasser (1P: 0,6l/2P: 1,2L) im Wasserkocher zum Kochen bringen. Zur Roten Beete geben und das **Brühpulver** einrühren. Noch etwas salzen und pfeffern. Aufkochen lassen, auf mittlere Stufe runterschalten und mit Deckel ca. 30 Min kochen lassen, solange bis die Rote Beete Stücke mit einem Löffel leicht zertrennt werden können. Ab und zu nach dem Eintopf sehen und umrühren. Nicht anbrennen lassen (Aber solange genug Wasser im Topf ist, sollte das auch nicht passieren:) Bei Bedarf nachkippfen). **Schnittlauch** waschen und klein hacken.

Für den Dip den **Meerrettich**, die **Sour Cream**, einen guten Schluck Olivenöl, Salz, Pfeffer und $\frac{1}{4}$ der Schnittlauchröllchen in die Müslischale geben und alles kräftig miteinander verrühren. Wenn die Rote Beete weich ist, den Eintopf ca. 2 Min pürieren. Achtung, Spritzer! Den Eintopf in schöne Teller füllen. Mit einem Löffel den Dip in den Eintopf tunken und dann mit dem Löffel Kreise in der Suppe ziehen. So gibt es schön Schlieren. Mit den restlichen Apfelstücken, Schnittlauchröllchen und den gehackten **Walnüssen** garnieren. Jetzt noch etwas Pfeffer aus der Mühle drauf. Das **Brötchen** dazureichen. Das war´s schon. Du hast lecker Essen gemacht. Und wer das Rezept etwas abändern möchte: Nur zu! Es ist Dein Werk.

Genieß Deinen Feierabend!

Gepackt von

Ich würde mich freuen von dir zu hören.
facebook.com/chriskochtuete wäre toll
Mal unzufrieden? Dann tut mir das
Stand und du bekommst dein Geld zurück



Chris

Eine Review auf
oder schreib an hallo@chriskochtuete.de.
schrecklich leid. Komm zu mir an den
oder eine aktuelle Tüte kostenlos.

