




Schnelle Rotkohlsuppe.

 **15 Min.**  **30 Min.**  **leicht**
Vorbereitung Gesamtzeit Aufwand

Zutaten für:

Portion(en)

Zubereitung:

- | | | |
|---|----------|--|
| kleine, rote Zwiebel(n) | 1 | Zwiebeln schälen, grob klein schneiden und in einem Topf in Olivenöl anschwitzen. |
| EL Bio-Olivenöl (z.B. Naturgut) | 2 | Rotkohl in ein Sieb geben und abtropfen lassen. Zu den Zwiebeln geben und ca. 5 Min. mitbraten. |
| g Bio-Apfel-Rotkohl (z.B. Naturgut) | 3 | Kohl mit dem Cranberry-Muttersaft sowie der Brühe ablöschen und alles ca. 10 Min. köcheln lassen – bei aufgesetztem Deckel. |
| EL Bio-Muttersaft Cranberry (z.B. Naturgut) | 4 | Suppe vom Herd nehmen und pürieren. Bei Bedarf mit etwas Wasser verdünnen, um die gewünschte Konsistenz zu erhalten. |
| ml Bio-Gemüsebrühe (z.B. Naturgut) | 5 | Mit Zimt, Agavendicksaft, Salz und Pfeffer nach deinem Geschmack perfekt abrunden. |
| TL gemahlener Zimt | 6 | Suppe in Teller oder Schalen anrichten. Je einen Löffel Joghurt und etwas Apfel-Rotkohl obenauf geben. Wir wünschen einen guten Appetit! |
| TL Bio-Agavendicksaft (z.B. Naturgut) | | |
| Salz & Pfeffer | | |
| EL Bio-Joghurt griechischer Art (z.B. Naturgut) | | |
| EL Bio-Apfel-Rotkohl (z.B. Naturgut) als Deko | | |