



Vegetarische Rotkohlsuppe mit Pilzen & Orange

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Rotkohl	600 g
Zwiebeln, rot	1 St.
Kartoffeln, mehligkochend	200 g
Öl	3 EL
Orangensaft	200 ml
Gemüsebrühe	800 ml
Salz	
Schnittlauch, frisch	10 g
Champignons, weiß	200 g
Pfeffer, schwarz	
Zucker	
Crème fraîche	4 TL

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Pfanne, Monsieur Cuisine

1. Rotkohl vierteln, äußere Blätter entfernen, Strunk entfernen und grob in Stücke schneiden. Zwiebel halbieren und schälen. Kartoffeln schälen, waschen und grob würfeln.
2. In den Mixbehälter Rotkohl, Zwiebel und Kartoffeln geben und 6 Sek./Stufe 6 zerkleinern. 2 EL Öl zugeben und 4 Min./Anbratstufe garen. Mit Orangensaft und heißer Brühe auffüllen, mit Salz würzen und 25 Min./Stufe 1/100 °C garen.
3. Inzwischen Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden. Champignons ggf. mit Küchenkrepp säubern und je nach Größe vierteln oder achteln. In einer Pfanne 1 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen und Pilze ca. 4–5 Min. anbraten. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Nach Ablauf der Garzeit Suppe für 1 Min./Stufe 8 pürieren. Mit Salz und Zucker abschmecken. Rotkohlsuppe mit Orange auf Tellern anrichten und mit Crème fraîche, Schnittlauch und gebratenen Pilzen garniert servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	208 kcal
Kohlenhydrate	32 g
Eiweiß	5 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	8 g