

## Bortsch Suppe

**i** Bortsch oder auch Borschtsch ist eine Suppe auf der Basis von roter Rübe und ein fester Bestandteil der regionalen Küche in mehreren osteuropäischen Ländern. Es gibt unzählige Varianten – allen gemeinsam ist aber die Verwendung roter Rübe.

### Zutaten für 8 Personen

- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Kartoffel
- ½ Sellerieknolle
- ½ rote Rübe
- 1 Karotte
- 1/2 Weißkohl
- 1 EL Olivenöl
- 1 EL Vollkornmehl
- 1 EL Tomatenmark
- Saft einer halben Zitrone
- 1 TL brauner Zucker
- 1 TL Rosenpaprikapulver
- Salz
- 1 Liter Hühnerbrühe

Die Zwiebel schälen und reiben, die Knoblauchzehen schälen und in der Knoblauchpresse zerdrücken. Die Kartoffel, die Sellerieknolle und die rote Rübe sowie die Karotte waschen und schälen. Die Weißkohlblätter waschen. Alles fein schneiden. Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebel darin glasig dünsten. Das Mehl zufügen und anschwitzen. Dann den Knoblauch und das Gemüse zugeben. Das Tomatenmark, den Zitronensaft, den Zucker, das Paprikapulver und Salz unterrühren. Die Hühnerbrühe zugießen, kurz umrühren und die Suppe 10 Minuten bei mittlerer Hitze kochen lassen.

*Zubereitungszeit: 45 min.*

*Nährwertangaben pro Portion:*

kcal	Eiweiß	Fett	Kohlenhydrate
191	17,76 g	8,56g	8,90 g



**Tip:** Traditionell wird die Bortsch-Suppe auf anatolischer Art mit in Butter geröstetem Paprikapulver serviert.

**Wir wünschen guten Appetit und würden uns über eine Rückmeldung freuen!**