



## Gartenrezept der Saison: Herbst ROTE RÜBEN SUPPE mit KRENNOCKERL



### ROTE RÜBEN SUPPE mit KRENNOCKERL

#### Zutaten

##### **Suppe**

½ kg Rote Rüben aus dem Garten  
1 Lorbeerblatt  
Kümmel  
Etwas Apfelessig  
1l Gemüsebrühe  
1/8 l Sauerrahm oder Obers

##### **Krennockerl**

60 g Magertopfen  
1 Eiweiß  
40 g Dinkelmehl  
1 TL Kren aus dem Garten, frisch gerissen  
1 Msp. Geriebene Muskatnuss  
Salz

#### Zubereitung Suppe

Die Roten Rüben im Wasser mit Lorbeerblatt, Kümmel, einem Schuss Apfelessig und etwas Salz weich dünsten und schälen.

Rote Rüben würfelig schneiden und gemeinsam mit ¼ l Gemüsesuppe fein pürieren, übrige Gemüsesuppe und Sauerrahm oder Schlagobers dazugießen und kurz aufkochen.

Die Suppe nach Geschmack würzen und evt. noch einen Schuss Apfelessig beimengen.

#### Zubereitung Krennockerl

Vom Eiweiß Schnee schlagen und mit Topfen, Kren, Dinkelmehl, Muskat und Salz vermengen.

Die Nockerl mit zwei Esslöffeln formen, im siedenden Wasser 10 Minuten gar ziehen lassen.

IMMERGRÜN wünscht **gutes Gelingen!**