▪ Die Küchenschlacht – Menü am 18. November 2026 ▪ ChampionsWeek ▪ "Rot und Grün" mit Mario Kotaska



Fanny Pietzschmann

Rote-Bete- und Erbsensüppchen mit Parmesan-Chip

Zutaten für zwei Personen

Für die Rote-Bete-Suppe:
500 g frische Rote Bete
1 kleine Kartoffel
1 kleine Zwiebel
2-3 cm Ingwer
1 Zitrone, Saft
100 ml Sahne
1 EL Butter
500 ml Gemüsefond
1 Prise Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Rote Bete schälen und in kleine Würfel schneiden. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Ingwer reiben. Kartoffel schälen und ebenfalls klein würfeln. Butter in einem Topf erhitzen. Zwiebel darin glasig anschwitzen. Rote Bete und Kartoffel hinzufügen und kurz mit anschwitzen. Ingwer dazugeben. Mit Gemüsefond auffüllen.

Suppe bei mittlerer Hitze ca. 20-25 Minuten köcheln lassen, bis Rote Bete und Kartoffel weich sind. Sahne hinzufügen und nochmals kurz aufkochen lassen. Suppe mit einem Stabmixer sehr fein pürieren.

Mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und einer kleinen Prise Zucker abschmecken. Bei Bedarf durch ein feines Sieb passieren, damit die Suppe besonders glatt und fein wird.

Für die Erbsensuppe:
400 g TK-Erbsen
1 kleine Kartoffel
1 kleine Schalotte
1 Zitrone, Saft
100 ml Sahne
1 EL Butter
500 ml Gemüsefond
1 Zweig Minze
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Schalotte abziehen und fein würfeln. Kartoffel schälen und in kleine Würfel schneiden. Minzblätter abzupfen. Butter in einem Topf erhitzen. Schalotte darin glasig anschwitzen. Kartoffel hinzufügen und kurz mit anschwitzen. Minze dazugeben. Mit Gemüsefond auffüllen und ca. 10-15 Minuten köcheln lassen. Erbsen hinzufügen und weitere 5-7 Minuten garen. Sahne dazugeben und kurz aufkochen lassen.

Suppe mit einem Stabmixer sehr fein pürieren. Mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und etwas Muskat abschmecken. Für eine besonders feine Konsistenz die Suppe durch ein feines Sieb passieren. Bis zum Anrichten warmhalten.

Für den Parmesan-Chip:
100 g Parmesan
5-10 g Spinatpulver
5-10 g Rote-Bete-Pulver
1 Zweig Thymian

Parmesan fein reiben und die Hälfte mit dem grünen und die andere Hälfte mit dem roten Pulver mischen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Parmesan in kleinen, flachen Häufchen auf dem Backpapier verteilen. Häufchen leicht flach drücken und ausreichend Abstand lassen.

Den grünen Chip mit etwas Thymian bestreuen. Im Backofen ca. 5-7 Minuten goldbraun backen. Parmesan-Chips aus dem Ofen nehmen und kurz auf dem Blech abkühlen lassen. Sobald sie leicht fest geworden sind, vorsichtig vom Backpapier lösen. Vollständig auskühlen lassen, damit sie schön knusprig werden.

Für die Garnitur:
1 vorgekochte Rote Bete
2 EL Erbsen
1 Beet grüne Kresse
Öl, zum Frittieren

Rote Bete in feine Würfel schneiden und Erbsen in heißem Öl frittieren. Suppen in zwei Schälchen füllen, die grüne Suppe mit Erbsen und Kresse und die rote Suppe mit den Rote-Bete-Würfeln garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.