

Hier und heute



Kalte Rote-Bete-Suppe aus Litauen – Šaltibarščiai

Julia Floß macht Šaltibarščiai – traditionelle litauische kalte Rote-Bete-Suppe. Gerade an heißen Sommertagen eine leichte erfrischende Mahlzeit.

Das Rezept

Von Julia Floß für vier Portionen

Zutaten für die Suppe

- 200 g Rote Bete (gegart oder eingelegt)
- ½ Salatgurke
- 3 Eier, hart gekocht
- ½ Bund Dill
- 2-3 Frühlingszwiebeln
- 500 ml Kefir
- Salz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 1 Prise Zucker
- 1 Schuss heller Essig zum Abschmecken

Zutaten für die Beilage

- 6-8 kleine, festkochende Kartoffeln
- Salz
- 1 EL Butter
- Dill

Zubereitung

Die Rote Bete und die Gurke entweder grob oder fein würfeln, je nach Vorliebe. Das zerkleinerte Gemüse in eine große Schüssel geben. Die Eier pellen, würfeln und zum Gemüse geben. Die Kräuter waschen, trocken schütteln und fein hacken. Die Kräuter in die Schüssel geben und alles mit Kefir aufgießen. Mit Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker und Essig würzen und die Mischung 30 Minuten ziehen lassen.

In der Zwischenzeit die Kartoffeln in Salzwasser gar kochen. Die gegarten Kartoffeln in einer Pfanne in Butter kurz anbraten und Dill dazugeben. Die Suppe erneut abschmecken und zusammen mit den Kartoffeln servieren.