

Rohkost Rote Beete Suppe

Vielen herzlichen Dank an unsere Kundin Daniela B., die uns dieses schöne Rohkost Rezept gesendet hat. Gerne geben wir das an unsere Kunden weiter, viel Freude damit!

Rote Beete Suppe für ca. 500ml

130g rote Beete

1/3 Avocado

1/2 Zwiebel

1 handvoll Petersilie und Dill

1 EL rohes Reis-Miso

Prise Steinsalz, bunter Pfeffer

1 TL Currypulver

1 TL Tamarind

Walnüsse zum Dekorieren

viel frisches Wasser, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist!

Am Besten vermischen Sie alles mit dem starken Personal Blender. Zum Schluß die Suppe mit den klein gehackten Walnüssen dekorieren, fertig!

Wir wünschen Ihnen besten Appetit und allzeit Freude am Leben bei bester Gesundheit.

Geschrieben von [Andrea Werneke](#) am Montag, 25. Februar 2013 um 15:10 in [Vitalstoffküche](#)