

# Rotkraut-Orangensuppe

## Zutaten

100 g Zwiebeln, halbiert  
5 g frischer Ingwer, geschält  
1 EL Ghee (oder Butterschmalz)  
1 TL Salz  
2 TL Rohrzucker (oder Zucker)  
2 Prisen Zimt, gemahlen  
1 Prise Nelken, gemahlen  
¼ TL Kümmel, gemahlen  
1 Prise Pfeffer, frisch gemahlen  
250 g Rotkraut, in groben Stücken  
1 Orange, geschält und halbiert  
1 großer Apfel, Kerngehäuse entfernt und halbiert  
1 TL Gemüsebrühpaste  
100 g Orangensaft  
400 g Wasser

## Zubereitung

Zwiebeln und Ingwer 4 Sekunden / Stufe 5 zerkleinern, mit dem Spatel nach unten schieben.

Ghee, Salz, Zucker, Zimt, Nelken, Kümmel und Pfeffer zugeben und 3 Minuten / 100°C / Stufe 1 dünsten.

Rotkraut, Orange und Apfel zugeben und 5 Sekunden / Stufe 5 zerkleinern.

Gewürzpaste, Orangensaft und Wasser zugeben und 18 Minuten / 100°C / Stufe 1 kochen.

Suppe 1 Minute / Stufe 9 pürieren, abschmecken und servieren.

## Anmerkung

Ich hatte als „Garnitur“ etwas gehackte Nüsse (Rest)

