

Borschtsch mit geröstetem Hafer (Marketa Schellenberg)

Angaben für 10 Portionen:

- 80 g Rapskernöl
- 100 g Zwiebeln fein gewürfelt
- 80 g in feine Streifen geschnittene Karotten
- 80 g in feine Streifen geschnittener Sellerie
- 80 g in feine Streifen geschnittener Lauch
- 100 g in feine Streifen geschnittenes Weißkraut
- 100 g Hafer geschrotet
- 200 g Räuchertofu
- 1200 ml Gemüsebrühe
- 400 ml Rote-Bete-Saft
- 200 ml passierte Tomaten
- 100 g Kartoffelstreifen
- 3 St Lorbeerblatt
- 300 g in Streifen geschnittene gekochte Rote Bete
- 30 ml Essig
- 20 g Zucker
- Salz, Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

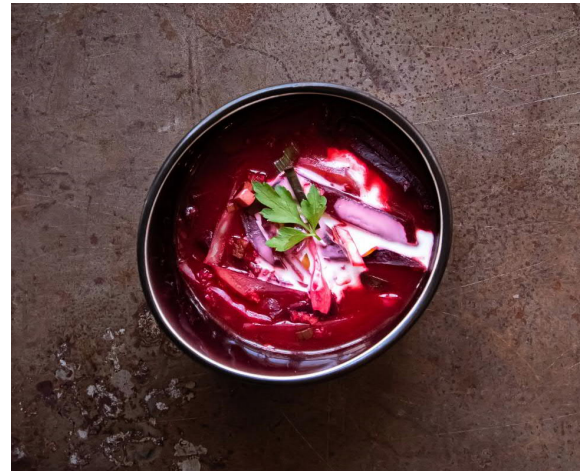


Bild: Sascha Walz für Transgourmet

Zubereitung:

Räuchertofu, Gemüsestreifen und Zwiebeln in Rapsöl andünsten. Wenn das Gemüse anfängt etwas Farbe zu nehmen den geschroteten Hafer zugeben und alles zusammen kurz rösten. Gemüsefond, Rote-Bete-Saft und passierte Tomaten hinzufügen. Zum Kochen bringen. Kartoffelstreifen und Lorbeerblatt einlegen und alles 20 Min. kochen lassen. Rote-Bete-Streifen zum Schluss einlegen, ca. 3 Min. ziehen lassen. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und Essig abschmecken.