

Rote-Bete-Kokos-Suppe

Zutaten für 2 Personen:

- 20 g frischer Ingwer
- 150 g mehlig kochende Kartoffeln
- 300 g Rote Beten
- 400 ml Gemüsebrühe
- 1 EL ÖL
- 2 TL Zucker
- 100 ml Apfelsaft
- 150 ml Kokosmilch (aus der Dose)
- 2-3 TL Tamarindenpaste
- Salz | grüner Pfeffer aus der Mühle
- ½ Bund Koriandergrün
- 20 g Kokos-Chips (Bioladen)



1

Zubereitung

1. Ingwer schälen und sehr fein würfeln. Die Kartoffeln schälen und in große Stücke schneiden. Die Roten Beten schälen (Einweghandschuhe verwenden!) und etwas kleiner als die Kartoffeln würfeln.
2. Die Brühe erhitzen. Das Öl erhitzen, den Ingwer darin andünsten. Rote Beten zugeben, mit dem Zucker bestreuen und unter Rühren karamellisieren lassen. Mit der Brühe ablöschen, alles aufkochen und zugedeckt ca. 20 Min. köcheln lassen. Kartoffeln zugeben und weitere 25-30 Min. kochen lassen, bis die Roten Beten weich sind.
3. Das Gemüse mit dem Pürierstab fein pürieren, Apfelsaft zugeben. Von der Kokosmilch 50 ml beiseite stellen, den Rest unter die Suppe mixen. Mit Tamarindenpaste, Salz und Pfeffer frisch pikant abschmecken. Koriandergrün abbrausen und trocken tupfen, die Blättchen hacken.
4. Die Suppe in zwei Schalen verteilen. Restliche Kokosmilch spiralgig einrühren. Mit Koriandergrün und Kokos-Chips bestreuen.

TIPP

Die Suppe können Sie auch im Sommer gut gekühlt servieren. Dann eventuell etwas mehr Apfelsaft unterrühren, damit sie flüssiger wird.

Mit Alkohol

Planters Punch

1-2 cl Grenadine
 1 cl Zitronensaft
 3 cl Ananassaft
 3 cl Grapefruit
 3 cl brauner Rum
 3 cl weißer Rum
 Eiswürfel



2

Alle Zutaten mit Eiswürfeln im Shaker mixen. Im Glas mit gestoßenem Eis auffüllen.

Painkiller

10 cl Ananassaft
 2-4 cl Orangensaft
 2-4 cl weißer oder brauner Rum
 2 cl Cream of Coconut
 Eiswürfel

Zum Garnieren: Frisch geraspelte Muskatnuss.

1. Säfte, Rum und Cream of Coconut in ein mit 4-5 Eiswürfeln gefülltes Glas geben. 2. Frisch geraspelte Muskatnuss aufstreuen und mit Trinkhalm servieren.

Caipirinha

1-2 Bio-Limetten
 6 cl Pitu (Zuckerrohrschnaps)
 2 EL brauner Zucker
 Eis gestoßen

Die Limetten vierteln, über einem Glas ausdrücken und mit dem Stößel im Glas noch mal ausdrücken. Den braunen Zucker und den Pitu hinzufügen und gut umrühren. Glas mit Crushed Ice auffüllen. Nochmals gut umrühren.

Cuba Libre

4 cl Rum (Havanna-Club)
 1 Limette
 Cola
 Eiswürfel

Limette vierteln. Etwas auf den Rum ausdrücken. Das Glas mit Cola auffüllen. 2 Eiswürfel hinzufügen.

Mit Alkohol

Tequila Sunrise

4 cl Tequila
¼ Liter Orangensaft
2 cl Grenadine
1 Orangenscheibe
4 Eiswürfel

2 Eiswürfel mit Tequila, Orangensaft und Grenadine in einen Shaker gießen. Dann den Shaker so lange schütteln bis man die Eiswürfel nicht mehr hören kann. Die 2 anderen Eiswürfel in ein Glas geben und den Cocktail darauf gießen. Eine Scheibe Orange an den Rand des Glases stecken.

Campari O

2-3 cl Campari
¼ Liter Orangensaft
4 Eiswürfel

Zuerst den O-Saft mit dem Eis in ein Glas füllen, dann den Campari draufgeben.

3

TIPP

Probieren Sie doch einfach mal einen ganz neuen Cocktail aus. Mixen Sie dazu eine Rezeptur nach Ihren geschmacklichen Vorstellungen mit oder ohne alkoholischen Zusätzen.

Ohne Alkohol

Caribic Special

6 cl Ananassaft
 6 cl Orangensaft
 6 cl Kokosmilch
 2 cl Limettensaft
 2 cl Grenadine-Sirup

Zutaten auf Eis im Shaker kräftig schütteln, ins Glas abseihen.

Ipanema

1 Bio-Limette
 2 EL brauner Zucker
 Maracujasaft
 Ginger Ale
 Eis gestoßen

Die Limette vierteln und über einem Glas ausdrücken und mit dem Stößel im Glas noch mal ausdrücken. Rohrzucker und gestoßenes Eis dazu geben und mit halb Saft, halb Ginger Ale das Glas auffüllen und umrühren.

Jolly Jogger

8 cl Bananen-Nektar
 8 cl Orangensaft
 Saft einer halben Zitrone
 2 cl frische süße Sahne
 1 cl Mandel-Sirup
 Eiswürfel

Zutaten auf Eis im Shaker kräftig schütteln, ins Glas abseihen.

Cocktail á la Gast

Mixen Sie alle Säfte zusammen, die Ihnen in den Sinn kommen und nach Ihrem Geschmack sind!

4

TIPP
 Dekorieren Sie die
 Cocktailgläser
 mit Holzspießen und
 frisch aufgespießten
 Obststücken! Hierbei
 wird der Phantasie keine
 Grenze gesetzt. Einfach
 ausprobieren.

Damit Sie nicht lange für Ihre Cocktailparty planen müssen, stehen Ihnen hier alle Rezepte fix und fertig als Download zur Verfügung. Damit es farblich und geschmacklich noch aufregender wird, servieren Sie Ihren Gästen zwischendurch einfach die Rote-Bete-Kokos-Suppe!

Es grüßt Sie herzlichst Ihr pro office Team!