



Orientalischer Mango-Karotten-Kürbis-Eintopf

Zutaten für 4 Personen:

- 400 ml Amecke Mango-Karottensaft
- 4 Schalotten, sehr fein gewürfelt
- 200 g Karotten, geschält, in 1 cm großen Würfeln
- 500 g Kartoffeln, geschält, in 1 cm großen Würfeln
- 200 g Kürbis, geschält, in 1 cm großen Würfeln
- 100 ml Sahne
- 1 EL Butter
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Msp. gemahlener Kümmel
- Salz, schwarzer Pfeffer (Mühle), Curry
- Saft einer halben Zitrone

Zubereitung:

Die Kartoffeln, die Karotten und die Schalotten zusammen in der Butter in einem Topf andünsten. Curry, Kümmel, Lorbeer und Zitronensaft dazugeben und alles mit dem Mango-Karottensaft ablöschen. Den Eintopf einmal aufkochen und ca. 8 Min. bei kleiner Temperatur ziehen lassen. Die Kürbiswürfel dazugeben. Alles weiter köcheln lassen, bis die Kartoffeln fast gar sind. Jetzt die Sahne dazugeben, noch einmal aufkochen und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Himbeer-Rote-Bete-Süppchen mit Apfel und Schalotte

Zutaten für 4 Personen:

- 600 ml Amecke Himbeer-Rote-Bete-Saft
- 1 Apfel, geschält und grob gewürfelt
- 3 Schalotten, in feine Streifen geschnitten
- 1 EL Butter
- 100 ml Weißwein, trocken
- 200 g saure Sahne
- Salz, schwarzer Pfeffer (Mühle)

Zubereitung:

Die Schalotten und den Apfel in einem schweren Topf mit der Butter anschwitzen, mit dem Wein ablöschen und komplett verkochen lassen. Jetzt mit dem Himbeer-Rote-Bete-Saft ablöschen, die saure Sahne dazugeben und alles einmal aufkochen lassen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken und bei kleiner Temperatur ziehen lassen. Die Suppe mit dem Pürierstab sehr fein pürieren und am besten sofort servieren.



Rhabarber-Apfel-Glühwein

Zutaten für 4 Personen:

- 500 ml Amecke Rhabarber-Karotte-Apfel-Saft
- 400 ml Weißwein, trocken
- 1 kleine Zimtstange
- 2 Kardamomkapseln
- 1 Nelke
- 1 kleines Stück Sternanis
- 1 kleiner Apfel, ohne Kerngehäuse, in feine Spalten geschnitten
- 1 EL Honig
- Saft einer halben Zitrone

Zubereitung:

Die Kardamomkapsel andrücken und zusammen mit den restliche Gewürzen, dem Wein und dem Saft einmal aufkochen. Bei kleiner Temperatur 5 Min. ziehen lassen und durch ein Sieb geben. Die Apfelspalten auf 4 Glühweingläser verteilen. Den Glühwein noch einmal aufkochen, den Honig darin auflösen und in die Gläser geben.

Alkoholfreie Variante: einfach den Wein durch dieselbe Menge Saft ersetzen – schmeckt hervorragend!

