

# Šaltibarščiai

## Litauische Rote Bete Suppe



### Zutaten

- 2 rote Beten
- 2 mittelgroße Eier
- 2 Stängel Frühlingszwiebeln
- 1/2 Salatgurke
- 100 g saure Sahne
- 500 ml Kefir
- 500 ml Jogurt
- 150 ml Wasser
- Salz
- Pfeffer
- 1 TL frische Dillspitzen



1. Die roten Beten waschen. Die Wurzeln nicht beschneiden, da die Knollen beim Kochen sonst ausbluten. Etwa 50 Minuten in Wasser kochen, anschließend schälen und abkühlen lassen.★<sup>1</sup>

2. Inzwischen Eier mit kaltem Wasser aufsetzen, zum Kochen bringen und 7 Minuten köcheln lassen. Mit kaltem Wasser abschrecken und pellen. Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden. Abgekühlte Eier aushöhlen, das Eigelb mit einer Gabel zerdrücken und mit den Frühlingszwiebeln vermischen, das Eiklar würfeln.



3. Gurke schälen und mit den Beten in eine Schüssel raspeln.★<sup>2</sup>



4. Alles mit Eigelb, Eiklar, Kefir, Jogurt und Wasser vermischen und abschmecken. Bis zum Verzehr kühlen und erst vorm Servieren mit Dill bestreuen.

### Tipps

- ★<sup>1</sup> Bequemer geht es mit gekauften vorgekochten Knollen.
- ★<sup>2</sup> Plastikhandschuhe verwenden, um Hauptverfärbungen zu vermeiden!
- ★ Dazu: Salzkartoffeln auf einem separaten Teller.

