

heute gibt es...

Rote-Bete-Carpaccio



Zutaten: (für 2 Personen)

- 1 große Rote Bete, roh oder vorgegart (vakuumverpackt)
- 60g Walnüsse
- 40g Zucker zum Karamellisieren der Nüsse (optional)
- 50g Rucola
- 50g Ziegenkäse

Für das Dressing:

- 3 EL Olivenöl
- 2 EL Himbeeressig
- 1 TL Honig
- ½ TL milder Senf (ich habe [diesen Olivensenf](#)* benutzt)
- ½ TL Salz
- etwas frisch gemahlener Pfeffer

Benötigtes Material:

[Gemüsehobel](#)*

(* = Affiliate-Link)

Zubereitung:

1. Falls rohe Rote Bete verwendet wird diese in Salzwasser etwa 40 Minuten kochen, abschrecken und schälen. Mit einem Gemüsehobel in dünne Scheiben schneiden. Bei Verwendung der vorgegarten Roten Bete diese direkt hobeln. Kleiner Tipp: Trage Einweghandschuhe, da die Rote Bete stark abfärbt!
2. Die Walnüsse entweder ohne Fett in einer Pfanne rösten oder alternativ karamellisieren. Dazu den Zucker mit zwei Esslöffeln Wasser in einem Topf bei mittlerer Hitze aufkochen, warten bis der Zucker sich löst und leicht braun wird, dann die Walnusskerne hinzugeben und dabei ständig mit einem Holzlöffel rühren. Wenn die Nüsse komplett mit Karamell umhüllt sind herausnehmen und auf etwas Backpapier abkühlen lassen.
3. Den Rucola waschen und trocken schleudern. Die Dressingzutaten in einer Schüssel zusammenrühren und abschmecken.
4. Zum Anrichten auf jedem Teller zunächst die gehobelten Rote Bete Scheiben kreisförmig auslegen, den Rucola darauf mittig platzieren, mit Dressing beträufeln und zum Schluss noch die Walnüsse und den grob zerkrümelten Ziegenkäse darauf verteilen.



Tipps:

- Für einen intensiveren Geschmack, kannst du ein Teil des Olivenöls mit Walnussöl ersetzen.
- Du magst kein Himbeeressig? Kein Problem: Verwende einen weißen Balsamico Essig oder Zitronensaft.
- Statt Rucola kann hierbei Feldsalat oder auch Baby-Spinat als Alternative verwendet werden.