

heute gibt es...

Scharfer Mangostrudel

Zutaten: (für 6 kleine Strudel)

Teig:

- 25g Butter
- 1 Rolle...

[auf meinem Blog weiterlesen\]\]>](#) <https://heute-gibt.es/scharfer-mangostrudel/feed/> 0 Rote-Bete-Salat mit Mango <https://heute-gibt.es/rote-bete-salat-mit-mango/>
<https://heute-gibt.es/rote-bete-salat-mit-mango/#comments> Sun, 23 Mar 2014 08:00:53 +0000
<http://heute-gibt.es/?p=2032> Einen wunderschönen Sonntag!

Es ist wieder soweit: Heute gibt es etwas aus der „Nicht-Nachtsch-Kategorie“. Ich muss zugeben, dass die Rezepte auf meinem Blog in letzter Zeit sehr süßlastig gewesen sind. Und das während der Fastenzeit! Zum Glück faste ich nicht und kann deshalb ohne schlechtes Gewissen von den süßen Leckereien probieren.

Aber kommen wir zurück zum heutigen Gericht: Rote-Bete-Salat mit Mango. Wahrscheinlich werden die Meisten spätestens jetzt diesen Beitrag weggeklickt haben, denn Rote Bete gehört neben Rosenkohl zu den unbeliebtesten Lebensmitteln. Viele Menschen machen einen großen Bogen um beide Gemüsesorten, was ich selbst nicht wirklich verstehen kann.

Falls du noch am Lesen bist: Es freut mich, dass du – ich nehme mal an, dass es so ist – auch unter den Liebhabern dieser Gemüsesorte bist. Ich kann dir versichern, dass dieser Salat richtig lecker schmeckt und nicht unbedingt zu den Klassikern gehört. Aber vielleicht ist genau DAS das besondere daran!?

Das ursprüngliche Rezept, welches ich etwas verändert habe, stammt aus der Zeitschrift „deli“ (1/2012).

Rote-Bete-Salat mit Mango

Zutaten: (für 4-6 Personen)

- 500g Rote Bete (fertig gegart, vakuumiert)
- 2 säuerliche Äpfel
- 2 Stangen Staudensellerie
- 5 EL Weißweinessig
- 4 EL Rapsöl
- 1 reife Mango
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Rote Bete und Äpfel schälen, in feine Stifte raspeln und in eine Schüssel...

[auf meinem Blog weiterlesen\]\]> https://heute-gibt.es/rote-bete-salat-mit-mango/feed/ 5](#)
Mangocreme - oder „Ich hole mir den Sommer zurück“ [https://heute-gibt.es/mangocreme/](#)
[https://heute-gibt.es/mangocreme/#comments](#) Tue, 27 Aug 2013 14:33:12 +0000
[http://heute-gibt.es/?p=541](#) Hier im Schwabenländle scheint sich der Sommer leider langsam dem Ende entgegen zu neigen. Da ich eine sommerliebende Person bin, welche höheren Temperaturen und Sonnenschein näher steht als Kälte, Regen oder gar Schnee, nehme ich eigentlich ungern Abschied von dieser tollen Jahreszeit. Aus diesem Grund habe ich mich dazu entschlossen das Regenwetter zu ignorieren und einen Nachtisch zu machen, der den Sommer - zumindest geschmacklich - wieder zu mir nach Hause holt.
Was eignet sich für diese Mission besser als eine leichte Creme mit einer Frucht, die sogar „tropical feeling“ verspricht?

Mangocreme

Zutaten:

- 2 reife Mangos
- 40g Puderzucker
- 1 EL Zitronensaft
- 2 Blatt Gelatine
- Das Eiweiß von 2 Eiern
- 50ml Sahne

Zubereitung:

1. Die Mangos schälen, das Fruchtfleisch vom Stein lösen und zusammen mit dem Puderzucker und dem Zitronensaft pürieren.
2. Die Blattgelatine 5-7 Minuten in Wasser einweichen. Hier bitte auf die Packunganweisung achten, da dies je nach Marke variieren kann. Anschließend die Gelatine kurz mit den Händen auspressen und bei niedriger Hitze in einem Topf auflösen.
3. Nun 4 EL des Mangopürees zur Gelatine dazugeben, gut durchrühren und dann dem restlichen Püree untermischen.
4. Das Ganze kommt für 10 Minuten in den Kühlschrank.
5. Die Sahne steif schlagen, zum Mangopüree dazugeben und verrühren.
6. Ebenso wird nun das Eiweiß steif geschlagen und unter die Masse gerührt bis eine...

[auf meinem Blog weiterlesen\]\]> https://heute-gibt.es/mangocreme/feed/ 5](#)