

Rezept

Eier-Ragout mit Roter Bete

Ein Rezept von Eier-Ragout mit Roter Bete, am 27.04.2024

Zutaten

4 Eier	500 g gekochte Rote Beten (vakuumverpackt)
Salz	schwarzer Pfeffer aus der Mühle
100 g kleine Schalotten	1 TL Öl
2 EL gemahlene Mandeln	100 g leichter Frischkäse (ca. 12 % Fett absolut)
50-75 ml fettarme Milch (1,5 % Fett)	1-2 TL mittelscharfer Senf
2-3 EL Aceto balsamico	2 Zweige Dill

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 380 kcal

Zubereitung

1. Die Eier anstechen. In kochendes Wasser legen und in ca. 10 Min. hart kochen.

2. Inzwischen die Roten Beten in Scheiben schneiden. In einen Topf geben, mit Salz und Pfeffer würzen. Langsam erhitzen und zugedeckt bei schwacher Hitze 15 Min. dünsten. Den Topf mehrmals rütteln, damit nichts anbrennen kann.

3. Während die Roten Beten dünsten, die Schalotten schälen und zerteilen. Das Öl in einem kleinen Topf erhitzen, die Schalotten darin bei schwacher bis mittlerer Hitze 5 Min. sanft braten. Die Mandeln darüberstreuen, dann den Frischkäse und die Milch einrühren. Mit Salz, Pfeffer und dem Senf würzig abschmecken.

4. Die Eier schälen und grob zerschneiden, vorsichtig unter die Senfsauce rühren. Das Ragout abschmecken und zusammen mit den Roten Beten anrichten. Den Balsamico über die Roten Beten träufeln. Den Dill waschen und trocken tupfen, die Blättchen abzupfen und dazugeben.