

Rezept

## Gefüllte Rote Beten

Ein Rezept von Gefüllte Rote Beten, am 10.06.2026

### Zutaten

<b>12</b> vorgegarte Rote Beten (in Folie eingeschweißt)	<b>2</b> Schalotten
<b>1</b> Knoblauchzehe	<b>4 Scheiben</b> Vollkorntoast
<b>150 g</b> Höhlenkäse	<b>50 g</b> getrocknete Tomaten (in Öl eingelegt)
<b>1 Bund</b> Thymian	<b>50 g</b> weiche Butter
Salz	weißer Pfeffer
Fett für die Form	

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** 4 | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 350 kcal

### Zubereitung

1. Rote Beten abtropfen lassen, quer halbieren und das Innere mit einem Teelöffel herauslösen, dabei einen ca. 1 cm breiten Rand lassen. Rote Beten jeweils an der Unterseite etwas flacher schneiden. Inneres hacken.
2. Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln. Toast entrinden und fein zerbröseln. Käse fein raspeln. Tomaten würfeln. Thymian waschen, abzupfen und hacken. Schalotten, Knoblauch, Toastbrösel, 50 g Käse, Tomaten und Thymian mit der Butter verkneten. Mit dem gehackten Inneren der Roten Beten mischen, salzen und pfeffern.
3. Ofen auf 200° vorheizen. Eine Gratinform fetten. Rote Beten hineinsetzen. Schalottenmischung in die Betenhälften füllen. Mit dem übrigen Käse bestreuen. Im Backofen (unten, Umluft 180°) ca. 20 Min. garen.