Rezept

Gelbe Bete Carpaccio

Ein Rezept von Gelbe Bete Carpaccio, am 23.04.2024

Zutaten

1	gelbe Bete
50 g	Feldsalat
2 EL	Apfelessig
	Pfeffer
1/2	Apfel
6 EL	Olivenöl
	Salz
2 EL	Kürbiskerne

Rezeptinfos

Portionsgröße 2 | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 296 kcal

Zubereitung

1. Die Gelbe Bete schälen und mit einem Hobel in feine Scheiben schneiden.

2. Den halben Apfel waschen, trocken tupfen und vom Kerngehäuse befreien. Ein Viertel in dünne Spalten schneiden. Das andere Viertel in feine Würfel schneiden. Den Feldsalat gründlich waschen und trocken schütteln.

3. Für das Dressing Öl, Essig, Salz und Pfeffer verrühren.

4. Die Gelbe Bete Scheiben auf Tellern anrichten. Feldsalat, Kürbiskerne, Apfelspalten und -würfel darauf verteilen und alles mit dem Dressing beträufeln.