Rezept

Kartoffel-Rote-Bete-Salat

Ein Rezept von Kartoffel-Rote-Bete-Salat, am 12.10.2024

Zutaten

750 g	Pellkartoffeln vom Vortag
2	Chicorée
6 EL	Aceto balsamico bianco
2 TL	flüssiger Honig
	Pfeffer
1 Glas	Rote Bete (670 g)
1 Bund	Frühlingszwiebeln
4 EL	Öl
	Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 320 kcal, 11 g F, 7 g EW, 49 g KH

Zubereitung

1. Die Kartoffeln schälen und in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Rote Bete abgießen, dabei den Sud für die Marinade auffangen. Die Roten Bete abtropfen lassen. Vom Chicorée die äußeren Blätter entfernen. Die Stauden halbieren, den Strunk herausschneiden und den Chicorée in schmale Streifen schneiden. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen, trocken schütteln, in feine Ringe schneiden und mit den übrigen vorbereiteten Zutaten in eine große Schüssel geben.

2. Ca. 240 ml Rote-Bete-Sud abmessen und mit dem Essig, Öl und Honig gut verquirlen. Die Marinade mit Salz und Pfeffer würzen und pikant abschmecken.

3. Die Zutaten in der Schüssel damit übergießen, alles locker durchmischen und den Salat vor dem Servieren noch mindestens 1 Std. durchziehen lassen.