

Rezept

Rote-Bete-Carpaccio mit Frischkäse

Ein Rezept von Rote-Bete-Carpaccio mit Frischkäse, am 28.06.2026

Zutaten

30 g Pinienkerne	100 g Ziegenfrischkäse
50 g Crème fraîche	2 Frühlingszwiebeln
1 Handvoll Basilikumblätter	1 Handvoll Minzeblätter
500 g gegarte Rote Beten (vakuumverpackt)	1 Limette
2 EL Olivenöl	Salz
Pfeffer	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 600 kcal, 39 g F, 17 g EW, 39 g KH

Zubereitung

1. Die Pinienkerne in einer kleinen Pfanne ohne Fett bei kleiner Hitze hell rösten. Herausnehmen und abkühlen lassen.

2. Inzwischen den Ziegenfrischkäse und die Crème fraîche in eine Schüssel geben und mit einem Schneebesen zu einer glatten Creme verrühren. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und schräg in dünne Ringe schneiden. Basilikum- und Minzblätter waschen, trocken tupfen und klein zupfen.

3. Die Roten Beten in dünne Spalten schneiden und auf Teller verteilen (dabei am besten Einweghandschuhe verwenden!).

4. Die Limette halbieren und den Saft auspressen. Den Limettensaft mit dem Öl in einer Schüssel gut verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und über die Rote-Bete-Spalten träufeln. Zuletzt alles mit Frischkäsecreme, Pinienkernen, Frühlingszwiebeln, Basilikum- und Minzblättern garnieren.