

Rezept

Rote-Bete-Nudeln mit Schafskäse

Ein Rezept von Rote-Bete-Nudeln mit Schafskäse, am 24.05.2026

Zutaten

180 g Rote Bete (roh)	1 kleine Zwiebel
1 Knoblauchzehe	2 EL Olivenöl
2 EL Weißweinessig	Salz
Pfeffer	2 Prisen getrockneter Majoran
4 EL Walnusskerne	250 g Spaghetti
200 g Feta-Schafskäse	2 Stängel Dill
½ Bund Rucola	½ Zitrone

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 1140 kcal, 61 g F, 38 g EW, 104 g KH

Zubereitung

1. Rote Bete schälen und auf der Rohkostreibe grob raspeln, dabei Gummihandschuhe tragen, denn sie färben! Zwiebel und Knoblauch schälen und würfeln.
2. Öl in einem Topf erhitzen, darin Zwiebel und Knoblauch andünsten. Rote Bete zugeben und unter Rühren 1 Min. andünsten, mit Essig ablöschen. 125 ml Wasser zugießen, mit Salz, Pfeffer und Majoran würzen und in 20-25 Min. zugedeckt weich garen. Falls nötig, wenig Wasser zugeben.
3. Inzwischen Walnüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten, bis sie bräunen. Herausnehmen, abkühlen lassen und grob hacken.
4. Spaghetti nach Packungsanweisung in Salzwasser al dente garen, abgießen - dabei etwas Kochwasser auffangen - und abtropfen lassen.
5. Schafskäse mit einer Gabel zerbröckeln. Dill waschen, trocken schütteln, Spitzen grob zerschneiden. Feta, Dill und Walnüsse mischen. Rucola waschen, trocken schütteln, grobe Stiele wegschneiden, die Blätter in 3 cm lange Stücke schneiden. Zitronenhälfte halbieren, eine Hälfte davon auspressen, die andere noch mal halbieren.
6. Nudeln unter die Roten Bete mischen, bis sie eine dunkelrote Farbe angenommen haben. Falls nötig, wenig Kochwasser zugeben. Rucola unterheben und die Pasta mit Salz, Pfeffer und 1-2 TL Zitronensaft abschmecken. Auf Teller verteilen und die Schafskäsemischung darauf häufen. Mit den Zitronenstücken zum Beträufeln servieren.