Rezept

Rote-Bete-Päckchen

Ein Rezept von Rote-Bete-Päckchen, am 20.04.2024

Zutaten

8	kleine Rote Bete (à 80-100 g)
5 Zweige	Thymian
	gemahlener Piment
	Salz
1 EL	Haselnusskerne
½	Vollkorn-Baguette
1	Knoblauchzehe
2 EL	Olivenöl
¼ TL	gemahlener Kreuzkümmel
	Pfeffer
50 g	Feta-Schafskäse

Außerdem:

2 Bögen	Pergamentpapier (ca. 30 × 30 cm; ersatzweise Backpapier)
	Küchengarn

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 475 kcal, 20 g F, 16 g EW, 56 g KH

Zubereitung

1. Den Backofen auf 200° vorheizen. Rote-Bete-Knollen schälen (dabei am besten Einmalhandschuhe verwenden, da Rote Bete stark abfärbt). Je vier Knollen mittig auf einen Bogen Pergament- oder Backpapier setzen.

2. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Den Thymian waschen, trocken schütteln und die Blättchen von den Stängeln streifen. Das Öl mit dem Knoblauch, dem Thymian, 2 Prisen Piment, Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer verrühren. Das Würz-Öl über die Rote Bete träufeln. Das Papier jeweils über den Knollen zusammenführen und mit Küchengarn verschließen. Die beiden Rote-Bete-Päckchen im heißen Ofen (Mitte) ca. 1 Std. backen.

3. Inzwischen die Haselnusskerne in einer Pfanne ohne Fett rösten, bis sie duften. Herausnehmen und grob hacken. Die Päckchen aus dem Ofen nehmen und auf Tellern anrichten. Päckchen vorsichtig öffnen und die Rote Bete mit Haselnüssen bestreuen. Den Schafskäse darüberbröseln und die Rote-Bete-Päckchen mit frischem Baguette servieren.