

Rezept

Rote-Bete-Ramequin

Ein Rezept von Rote-Bete-Ramequin, am 20.12.2025

Zutaten

4 Scheiben	Vollkorn-Sandwich-Toastbrot	150 g	vorgegarte Rote Bete (vakuumverpackt)
½ Bund	Frühlingszwiebeln	4 EL	trockener Weißwein
4 Scheiben	geräucherter Putenbrustaufschnitt	4 Scheiben	Appenzeller
2	Eier	125 ml	Milch
100 g	Sahne	2 TL	gehackter Thymian
	Salz		Pfeffer
40 g	geriebener Emmentaler		Fett für die Form

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion**
Ca. 665 kcal, 39 g F, 37 g EW, 36 g KH

Zubereitung

1. Den Backofen auf 180° vorheizen. Die Toastscheiben im Toaster rösten. Die Roten Beten in Scheiben schneiden. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in Ringe schneiden. Einige Frühlingszwiebelringe zum Garnieren beiseitelegen.
2. Die Toastscheiben jeweils mit 1 EL Weißwein beträufeln. Jede Scheibe mit je 1 Scheibe Putenbrustaufschnitt und 1 Scheibe Appenzeller belegen. Brotscheiben diagonal halbieren und mit der belegten Seite nach unten dachziegelartig in eine gefettete Auflaufform (ca. 18 × 28 cm) legen. Rote Beten und Frühlingszwiebeln dazwischen verteilen.
3. Die Eier mit Milch, Sahne und 1 TL Thymian verquirlen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Eiermasse über den Auflauf gießen. Mit Emmentaler bestreuen. Im Ofen (Mitte) 20-25 Min. backen. Mit beiseitegelegten Frühlingszwiebeln und übrigem Thymian garnieren.