

## Rezept

# Rote-Bete-Salat mit Räucherforelle

Ein Rezept von Rote-Bete-Salat mit Räucherforelle, am 09.06.2026

## Zutaten

- |   |   |
|---|---|
| <b>1</b> vorgegarte Rote Bete (ca. 150 g, vakuumverpackt)       | <b>3 EL</b> Crème fraîche                           |
| <b>1 TL</b> geriebener Meerrettich (aus dem Glas)               | Je 2 EL frisch gepresster Orangen- und Zitronensaft |
| Salz  | 1-2 Prisen Zucker                                   |
| <b>2</b> geräucherte Forellenfilets (ca. 120 g, vakuumverpackt) | Cayennepfeffer                                      |
|   | <b>4 EL</b> Gartenkresse                            |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** 2 | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 190 kcal

## Zubereitung

1. Die vorgegarten Rote Bete mit Küchenpapier trockentupfen, in 1-1,5 cm dicke Scheiben und dann in Würfelchen schneiden.

---

2. Für das Meerrettich-Dressing Crème fraîche mit dem Orangen- und Zitronensaft und dem Meerrettich verrühren. Mit Salz, Cayennepfeffer und dem Zucker abschmecken.

---

3. Das Dressing in einer Schüssel mit den Rote-Bete-Würfelchen vermischen. Mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken.

---

4. Die Forellenfilets mit Küchenpapier trockentupfen und in mundgerechte Stücke schneiden oder zupfen.

---

5. Den Rote-Bete-Salat auf zwei Tellern verteilen und mit den Forellenfiletstücken und der Kresse bestreut servieren.