Rezept

Rote-Bete-Tramezzini

Ein Rezept von Rote-Bete-Tramezzini, am 12.10.2024

Zutaten

2 EL	Walnusskerne
1 Bund	Schnittlauch
1 TL	frisch geriebener Meerrettich (ersatzweise aus der Tube)
	Salz
2 EL	vegane Margarine
	Pfeffer
1 Beet	Gartenkresse
125 g	veganer Frischkäse (aus Soja)
1 TL	scharfer Senf
½ TL	Apfeldicksaft
2	geschälte gegarte Rote Beten (ca. 400 g, liegen meist vakuumiert beim Gemüse)
2 TL	brauner Zucker
8 Scheiben	Sandwichbrot oder Vollkorntoast

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 265 kcal

Zubereitung

1. Die Walnusskerne in kleine Stücke brechen und in einer kleinen Pfanne bei mittlerer Hitze ohne Fett unter Rühren anrösten, bis sie fein duften. Kresse mit der Küchenschere vom Beet schneiden. Schnittlauch abbrausen und trocken schütteln, in feine Röllchen schneiden.

2. Den Frischkäse mit den Walnüssen, der Kresse, dem Schnittlauch, dem Meerrettich, Senf und Apfeldicksaft verrühren und mit Salz abschmecken.

3. Die Roten Beten in ca. ½ cm dünne Scheiben schneiden. Die Margarine mit dem Zucker in einer Pfanne schmelzen. Die Rote-Bete-Scheiben einrühren und bei starker Hitze unter Rühren braten, bis sie ganz leicht braun werden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.