

Rezept

Rote-Bete-Trilogie

Ein Rezept von Rote-Bete-Trilogie, am 04.10.2023

Zutaten

500 g gegarte Rote Bete (im Folienpack)	4 EL Crème fraîche
1/2 TL gemahlener Kreuzkümmel	Kräutersalz
schwarzer Pfeffer	3 EL Walnussöl
2 EL Rotweinessig	1 TL gehackter Dill
3 Matjesfilets	1 kleine Essiggurke
1 1/2 TL Schnittlauchröllchen	25 g Rote-Bete-Sprossen (Reformhaus)

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 6 Gläser von 200-250 ml Inhalt | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min

Zubereitung

1. 300 g Rote Bete mit 3 EL Crème fraîche und Kreuzkümmel mit dem Stabmixer fein pürieren. Mit Kräutersalz und Pfeffer abschmecken. Mousse in die Gläser verteilen. Restliche Rote Bete fein würfeln und mit Walnussöl, Essig, Dill, Salz und Pfeffer mischen. Etwas marinieren lassen.
2. Matjes gegebenenfalls häuten und mit der Essiggurke klein würfeln. Beides mit der restlichen Crème fraîche und Schnittlauch verrühren. Mit Pfeffer würzen. Diese Masse auf die Rote-Bete-Mousse schichten. Darauf kommen die Rote-Bete-Würfel und zum Abschluss die Rote-Bete-Sprossen. Mit der zurückgebliebenen Marinade beträufeln.