

Rezept

Rote Gerstenpfanne mit Grillkäse

Ein Rezept von Rote Gerstenpfanne mit Grillkäse, am 28.06.2026

Zutaten

400 ml Gemüsebrühe	1 Lorbeerblatt
120 g Gerstengraupen	300 g gekochte, geschälte Rote Bete (vakuumverpackt)
225 g Grillkäse (Halloumi)	6 Stängel Petersilie
Salz	Pfeffer
2 EL Crema balsamico (ersatzweise Aceto balsamico)	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 630 kcal

Zubereitung

1. Die Gemüsebrühe mit dem Lorbeer aufkochen. Die Graupen zugeben, zugedeckt bei schwacher Hitze 15 Min. köcheln. Rote Beten klein würfeln und zu den Graupen geben. Alles weitere 5 Min. garen.
2. Den Käse in vier dicke Scheiben schneiden und auf einem stark aufgeheizten Grill oder in einer heißen Pfanne von beiden Seiten goldgelb grillen bzw. braten.
3. Die Petersilie waschen, trocken schütteln und grob hacken. Lorbeerblatt entfernen. Die Graupen mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit dem Käse anrichten. Petersilie aufstreuen und Crema balsamico über den Käse träufeln.