

Rezept

Veganer Rote-Bete-Salat mit Zitronendressing

Ein Rezept von Veganer Rote-Bete-Salat mit Zitronendressing, am 17.04.2024

Zutaten

- | | |
|--|---------------------------------|
| 3 mittelgroße Rote Beten | 1 Bio-Zitrone |
| 2 EL Olivenöl | 1 EL Agavendicksaft |
| Salz | schwarzer Pfeffer aus der Mühle |
| 1 Handvoll gemischte Kräuter (z.B. Zitronenthymian, Rosmarin, Petersilie, Oregano oder Salbei; ersatzweise etwas getrockneter Rosmarin) | |

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 100 kcal

Zubereitung

1. Die Roten Beten mit einer Gemüsebürste unter Wasser gründlich abbürsten, den Stielansatz entfernen, die Knollen nur falls nötig schälen und dann sehr fein würfeln.

2. Für das Dressing die Zitrone heiß abwaschen, trocknen, die Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Saft und Schale mit Olivenöl und Agavendicksaft verquirlen, salzen und pfeffern.

3. Den Salat mit dem Dressing mischen und mindestens 1 Std., am besten aber über Nacht durchziehen lassen.

4. Kurz vor dem Servieren die Kräuter waschen, trocken schütteln, die Blättchen bzw. Nadeln abzupfen und hacken. Die Kräuter unter den Rote-Bete-Salat heben und alles gut mischen.