

Rote Beete Carpaccio

Zutaten:

4 kleine Rote Bete
100 g Rucola
1 Bd. Petersilie
80 g Walnüsse
3 EL Olivenöl
2 EL Zitronensaft
2 TL Honig (flüssig)
2 TL Senf
2 EL Balsamico hell
Pfeffer
Salz
100 g Ziegenkäse (Feta oder Ziegenweichkäse, je nach Geschmack)

Zubereitung:

Rohe Rote Bete schälen (am besten Handschuhe anziehen, da Rote Bete stark färbt) und mit einem Gemüsehobel in feine Scheiben hobeln. Rucola waschen und trockenschleudern. Petersilie abbrausen, trockenschütteln und grob hacken.

Walnusskerne in einer Pfanne ohne Öl goldbraun rösten, anschließend kurz abkühlen lassen und grob hacken.

Für das Dressing Olivenöl und Zitronensaft verquirlen, Honig und Senf unterrühren. Anschließend den Balsamico unterschlagen, mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Rote-Bete-Scheiben fächerartig auf zwei Teller verteilen. Die Petersilie darauf streuen und den Rucola mittig auf der Roten Bete platzieren. Nun das Dressing darauf verteilen. Den Käse etwas zerbröseln oder klein schneiden und auf den Rucola geben, anschließend mit den Walnusskernen toppen.