

Rote Bete mit Ziegenkäse und Walnüssen

Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie:	309 kcal/ 1293 kJ		
Eiweiß:	10,1 g	Fett:	26,4 g
Kohlenhydrate:	8 g		

Zubereitungszeit:
ca. 30 Minuten plus 30 Minuten Marinierzeit

Zutaten für 4 Portionen :

300 g	Rote Bete
1 EL	Himbeeressig, ersatzweise Rotweinessig
	Salz
	frisch gemahlener Pfeffer
2 EL	Olivenöl
80 g	kalifornische Walnüsse
150 g	Ziegenfrischkäse
2 TL	Thymianblättchen

Zubereitung:

1. Die Rote Bete gründlich abspülen und in einem Topf mit Wasser bedecken. 25-30 Minuten garen, bis sie weich ist. Anschließend kalt abschrecken, die Schale abziehen und die Rote Bete in gleichmäßige Scheiben schneiden.

2. Himbeeressig mit Salz, frisch gemahlenem Pfeffer und Olivenöl verquirlen. Die Rote-Bete-Scheiben auf einen Teller oder in eine flache Schale legen, mit der Marinade beträufeln und abgedeckt etwa 30 Minuten kühl ziehen lassen.

3. Die kalifornischen Walnüsse grob hacken. Nach Belieben in einer kleinen beschichteten Pfanne ohne Fett kurz rösten, bis sie duften. Danach beiseitestellen und abkühlen lassen.

4. Den Ziegenfrischkäse in kleine Portionen teilen. Die marinierten Rote-Bete-Scheiben auf Tellern anrichten und den Ziegenfrischkäse darauf verteilen.

5. Mit kalifornischen Walnüssen und Thymianblättchen bestreuen. Zum Schluss noch etwas frisch gemahlenen Pfeffer darübergeben und servieren.

Tipp: Besonders schön wird der Vorspeisenteller mit einigen Himbeeren oder dünnen Birnenscheiben. Statt Ziegenfrischkäse passt auch ein cremiger Brie.