Unser Rezept

DER WOCHE

ROTE BETE-TARTAR

AUF TAHINI-JOGHURT DIPP

ZUTATEN

1 Bund Rote Bete

500 g Griechischen Joghurt
(alternativ Sojajoghurt)

2 El Tahini

1 El Olivenöl

Meersalz

1 Tl Meerrettich (alternativ: Wasabi)

Petersilie, kleingehackt

2 El Pistazien

1 Zitrone

Olivenöl zum Beträufeln

Optional: Kapern zum bestreuen

ZUBEREITUNG

Den Joghurt in einem Sieb abtropfen lassen.
Die Rote Bete-Knollen halbieren und in einer Auflaufform im Ofen bei 200° C etwa 45 Minuten garen.

Die Schalen entfernen und die Rote Beete mit einem schweren Messer schön kleinhacken.
Mit dem Meerrettich und etwas Olivenöl mischen und mit Salz abschmecken.

Für den Dipp den Joghurt in einer Schüssel mit Tahini, Olivenöl und etwas Meersalz mischen und abschmecken.

Auf einem flachen Teller den Tahini-Joghurt Dipp verteilen, die Rote Bete darüber geben, mit den Kräutern und den Pistazien bestreuen und mit etwas Olivenöl und Zitronensaft beträufeln.

Ofenfrisches Brot ergänzt das Ganze hervorragend.

Fertig!

WEIERHÖFER
Gartengemüse

Orfeas Fischer und Sara Knapp GbR · Zur Burg 1 · 67295 Bolanden
hallo@weierhoefer-gartengemuese.de · www.weierhoefer-gartengemuese.de