

Feiner Rote Bete Salat

 happy-mahlzeit.com/koch-shows/kerners-koeche/lea-linster-feiner-rote-bete-salat/

Zutaten für 4 Personen:

Für die Rote-Bete-Saft-Reduktion:

- ½ l Rote-Bete-Saft
- etwas schwarzer Johannisbeersaft
- 2 EL Balsamicoessig
- feines Meersalz
- Pfeffer

Zubereitung:

Den Rote-Bete-Saft mit einem Schuss schwarzen Johannisbeersaft aufkochen und einreduzieren lassen. Anschließend mit etwas Balsamicoessig, Salz und Pfeffer würzen.

Für die Rote Bete:

- 2-3 vorgekochte Rote Bete
- ½ kleine Schalotte
- 2 EL Reisessig
- 1 Prise Piment d'Espelette
- 1 Granatapfel
- Himbeeren zum Anrichten
- Blaubeeren zum Anrichten
- einige Minzblätter

Zubereitung:

Die Schalotte schälen, fein schneiden, kurz in einem Sieb blanchieren und in dem Sieb in Eiswasser abschrecken. Die Kerne des Granatapfels herauslösen. Ein paar Kerne zur Dekoration zur Seite legen. Die Rote Bete bei Bedarf häuten (am besten mit Einweghandschuhen) und mit dem Gemüsehobel zu sehr feinen Spaghetti oder Streifen reiben. Mit Piment d'Espelette und etwas Meersalz würzen und mit der Schalotte und den Granatapfelkernen vermengen. Ein paar Minuten ziehen lassen.

Etwas von der Rote-Bete-Saft-Reduktion auf einen Teller ziehen. Den Rote-Bete-Salat mithilfe einer Gabel aufdrehen und mittig auf dem Teller anrichten, ein Minzblatt anstecken. Einige Granatapfelkerne über den Salat geben und mit Himbeeren und Blaubeeren garnieren.

Rezept: Léa Linster

Quelle: Kerners Köche vom 7.10.2017