Februar
Saisonal schmeckt's besser
Der Foodblogger-Saisonkalender

Vorwort

Der Februar gehört noch zu den kalten Wintermonaten und bietet keine so große Auswahl an saisonal verfügbaren Gemüsesorten, wie der Sommer. Dennoch lassen sich im Winter kreative und leckere Gerichte mit saisonalem Gemüse zubereiten. Das möchten wir euch auch in diesem Monat wieder mit unserem Event zeigen.

Wir Teilnehmer des Blogevents „Saisonal schmeckt's besser – der Foodblogger-Saisonkalender" widmen uns jeden Monat zwei Gemüsesorten und haben uns im Februar für Rote Bete und Lauch entschieden. Herausgekommen ist eine umfangreiche Rezeptsammlung mit insgesamt 26 Rezepten für jeden Geschmack und jede Gelegenheit.

Wir wünschen viel Freude beim Stöbern in diesem E-Book und natürlich guten Appetit!

Das Team von
Saisonal schmeckt's besser!

Rote Bete

Lauch

Inhaltsverzeichnis

Lauchquiche mit Merguezbällchen
von Kleiner Kuriositätenladen 4

Mini-Lauch-Quiches mit Feta
von Herbs & Chocolate 7

Rote Bete Falafel mit Dip
von Pottgewächs 8

Semmeliger Lauchkuchen mit Champignons und Käsekruste
von Madam Rote Rübe 11

Gequetschte Rote Bete
von Ye Olde Kitchen 12

Rote Bete Galette
von Kochen mit Diana 15

Rote-Bete-Lauch-Quiche
von Möhreneck. 16

Fermentierter Lauch und gebeizter Rehrücken
von Haut Goût. 19

Brownies mit Rote Bete und Schokoladenhaube
von Münchner Küche. 20

Rote Bete Risotto mit geflämmtem Lauch und Schinkenchips
von Lebkuchennest 23

Rote-Bete-Ravioli mit Ziegenkäse in Thymianbutter
von Feed me up before you go-go 24

Blätterteigschnecken mit Lauch und Bergkäse
von ninastrada 27

Rote Bete Spanakopita - vegetarischer Strudel mit Rote Bete, Ricotta und Feta
von moey's kitchen. 28

Blätterteig-Taschen mit Ziegenkäse, Rote Bete & Apfel dazu Rote Bete Salat
von NOM NOMS food. 31

Herzhafter Streuselkuchen mit Lauch
von Jankes*Soulfood. 32

Rote Bete Frühstückshörnchen
von Schlemmerkatze 35

Gugelhupf mit Roter Bete & Schokolade
von Delicious Stories 36

Knuspriger Lauchkuchen mit Thymian-Sahneguss
von Feines Gemüse 39

Mini Blätterteigpizzen mit roter Beete und Schafskäse
von Cuisine Violette 40

Pasta mit Rote Bete, Ziegenkäse und Salbei
vonWallygusto 43

Lauch-Sloppy-Joe im roten Hamburger-Bun mit Roter Bete
von happy plate 44

Gefüllte Rote Bete mit Wirsing und Apfel
von Pott.lecker 47

Salade folle d'Hiver mit Rote Bete
von pastasciutta 48

Karamellisierte Rote Beete aus dem Ofen mit Romesco-Sauce und Reis
von Dinner4Friends 51

Schwedischer Rote Bete Salat - Rödbetssallad
von s-küche 52

Würzige Lauch-Quiche mit Erbsen und Emmentaler
von Wunderbrunnen 55

Lauchquiche mit Merguezbällchen

von Kleiner Kuriositätenladen

Zutaten Tarteboden

250 g Mehl
125 g kleingeschnittene kalte Butter
40 g Parmesan, fein gerieben
1 Eigelb
50 ml kaltes Wasser
Salz
frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Zutaten Füllung

3 Stangen Lauch
200 g Merguezbrät (oder anderes Bratwurstbrät)
4 Eier
300 ml Sahne
Salz
frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
frisch geriebene Muskatnuss
1 TL Koriandersaat

Zubereitung

Für den Tarteboden alle Zutaten zügig miteinander verkneten. Den Teigboden in regelmäßigen Abständen mit einer Gabel einstechen, mit Backpapier bedecken und getrocknete Bohnen daraufgeben. 10 Minuten bei 180°C im Ofen blindbacken. Bohnen und Papier entfernen und weitere 5 Minuten backen, dann aus dem Backofen nehmen und beiseite stellen.
(Der Boden kann auch schon am Vortag vorgebacken werden)

Für die Füllung den Lauch längs aufschneiden und unter fließendem Wasser waschen, dann in Ringe schneiden. Die Merguez ebenfalls längs aufschneiden, den Darm entfernen und das Brät in kleine Bällchen formen.

Lauchringe und Merguezbällchen auf dem Boden verteilen, dann Eier, Sahne und Gewürze verrühren und darüber gießen. Für ca. 45 Minuten bei 180°C backen, bis der Guss komplett gestockt und goldbraun gebacken ist. Der Lauch kann ruhig ein wenig dunkel werden.
Die Quiche aus dem Backofen nehmen und vor dem Servieren auskühlen lassen.

Mini-Lauch-Quiches mit Feta

von Herbs & Chocolate

Zutaten Füllung

750 g Lauch
100 g Feta
1 Ei
100 ml Milch
1 Knoblauchzehe
2 EL / 40 g Frischkäse
gehackter Rosmarin (am besten frisch)
Prise Muskat
Salz
Pfeffer
Olivenöl

Zutaten Teig

200 g Weizenvollkornmehl
1/2 TL Backpulver
105 g Magerquark
4 EL Rapsöl
4 EL Milch
1/4 TL Salz
Prise Zucker
2 Knoblauchzehen
Meersalz
schwarzer Pfeffer
5 Tl Tahini
2 El Zitronensaft
100 ml Wasser

Zubereitung

Ofen auf 180°C Umluft vorheizen.
Lauch waschen, putzen und in Halbringe schneiden. In Olivenöl etwa 10-15 min anbraten, bis der Lauch gar und leicht gebräunt ist.

Für den Teig alle Zutaten zusammenkneten. Ein Muffinblech bereitstellen, die Mulden einfetten und jede Mulde mit Teig auskleiden. Den Teig einige Male einstechen und im vorgeheizten Ofen bei 180°C Umluft ca. 10 min lang vorbacken.

Den gebratenen Lauch vermischen mit den restlichen Zutaten für die Füllung, also zerkrümelten Feta, Ei, Milch, einer zerdrückten (oder fein gehackten) Knoblauchzehe, Frischkäse, gehacktem Rosmarin, Muskat, Salz und Pfeffer.

Füllung die vorgebackenen Teigböden einfüllen und nochmal 25 min backen, bis die Quiches schön gebräunt sind.

Rote Bete Falafel mit Dip

von Pottgewächs

Zutaten Falafel

220 g Kichererbsen
2 gleichgroße Rote Bete Knollen
2 Knoblauchzehen
1 kleine rote Zwiebel
1 EL Zitronensaft
3 TL Cashewkerne, geröstet & gesalzen
1 Bio-Ei
1 TL gemahlenen Kreuzkümmel
1 TL schwarzen Sesam
Salz
Pfeffer
etwas Kichererbsenmehl (oder Paniermehl)
etwas schwarzen Sesam (zum Ummanteln)

Zutaten Hummus

250 g Kichererbsen
2 Knoblauchzehen
1 EL Olivenöl
2 EL Zitronensaft
5 TL Sesampaste (Tahin)
1 TL Kreuzkümmel
2 TL Paprikapulver, edelsüß
Salz
Pfeffer

Zubereitung

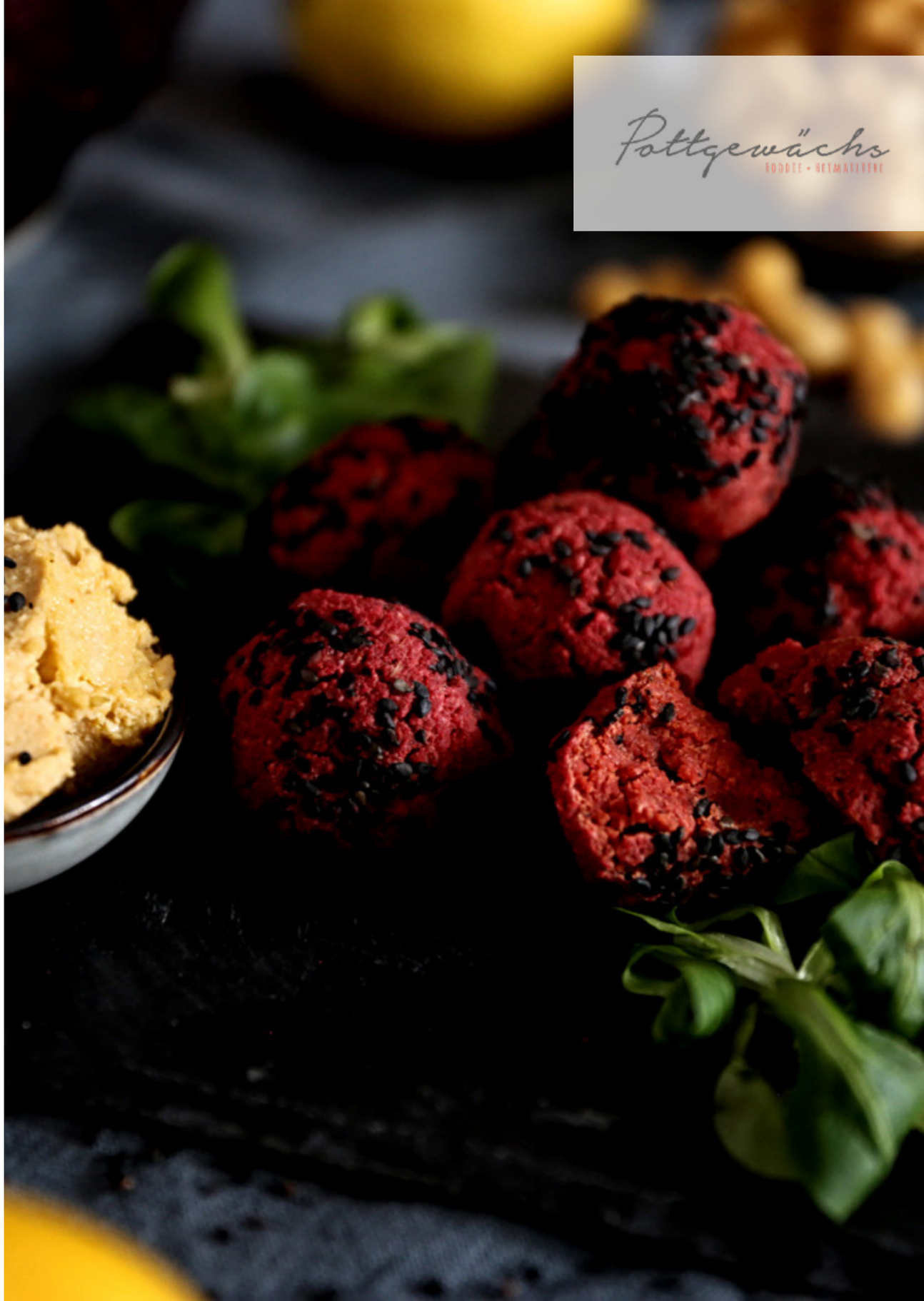
Als erstes die Kichererbsen über Nacht in Wasser ziehen lassen. Am nächsten Tag dann für ca. 1,5 Stunden köcheln. In dieser Zeit die Rote Bete in Alufolie wickeln und bei 200°C Umluft für 45 Minuten in den Backofen garen. Anschließend die Kichererbsen abgießen und mit kaltem Wasser abspülen. Die Rote Bete pellen und in kleine Würfel schneiden. Zwiebeln und Knoblauch ebenfalls klein würfeln.

Für die Falafel

Den Backofen auf 180°C Umluft vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen.
Kichererbsen, Zwiebeln, Knoblauch, Rote Bete, Zitronensaft und Cashewkerne in eine Schüssel geben und mit dem Stabmixer pürieren. Nun das Ei und die Gewürze einarbeiten. Sollte der Falafel-Teig zu flüssig sein, etwas Kichererbsenmehl hinzufügen. Dann kleine Kugeln formen und für ca. 35 Minuten im Backofen backen.

Für den Hummus

Während die Rote-Bete-Falafeln im Backofen backen, kann der Hummus zubereitet werden. Den Knoblauch zu den Kichererbsen pressen und mit Olivenöl, Zitronensaft und Sesampaste pürieren.
Anschließend nur noch mit den Gewürzen abschmecken und kühl stellen.



Semmeliger Lauchkuchen mit Champignons und Käsekruste

von Madam Rote Rübe

Zutaten

4 Roggenbrötchen á 80 g
3 Stangen Lauch, geputzt 550 g
250 g braune Champignons
2 Knoblauchzehen
3 EL Olivenöl
1 TL gerebelter Thymian
Meersalz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle
5 glückliche Eier
200 g Schlagsahne
200 g Crème légère od. Sauerrahm 10%
100 ml Milch
1 EL Senf
Muskatnuss, frisch gerieben
150 g Gouda, mittelalt oder Bergkäse
Butter & Paniermehl für die Form

Zubereitung

Lauch putzen, indem mit einem Messer das Wurzelende entfernt und das verwelktes Grün abgeschnitten wird. Über die gesamte Länge des Lauchs einmal längs einschneiden und ihn unter fließendem Wasser abspülen. Darauf achten, dass der Sand zwischen den einzelnen Blättern vollständig entfernt wird. Nun in dünne Ringe schneiden.

Pilze mit einem Pinsel reinigen und fein würfeln. Knoblauchzehen schälen und sehr fein würfeln. In einer großen Pfanne das Olivenöl erhitzen, Pilze kurz anbraten, dann den Knoblauch und die Lauchringe hinzufügen. Bei mittlerer Hitze etwa 10 Minuten weich dünsten. Mit Thymian, Salz und Pfeffer würzen.
Roggenbrötchen in ca. 1 cm große Würfel schneiden, diese in eine Schüssel geben. Crème légère, Schlagsahne, Milch, Eier und Senf miteinander verquirlen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

Die Hälfte der Flüssigkeit über die Brotwürfel gießen und diese 10 Minuten quellen lassen. Käse ganz fein würfeln oder reiben. Eine 30 cm große Kastenform mit Butter gründlich einfetten, mit Paniermehl ausstreuen und einschichten. Begonnen wird mit einem Drittel der eingeweichten Brotwürfel, darauf folgen ein Drittel Käse und die Hälfte des Gemüses. Gut zusammen drücken, dann das gleiche nochmals. Obendrauf das letzte Drittel Brotwürfel füllen und mit dem restlichen Käse bestreuen. Die übrige Eier-Flüssigkeit vorsichtig darüber gießen und 10 Minuten stehen lassen.

Währenddessen den Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Form mit der Füllung mittig hineingeben und in etwa 75 Minuten goldgelb backen. Nach etwa 45 Minuten Backzeit den Kuchen mit Alufolie abdecken, damit der Käse nicht verbrennt.
Die Form herausnehmen und den Lauch-Semmel-Kuchen noch etwa 10 Minuten darin ruhen lassen. Je länger er abkühlt, umso fester wird er von der Konsistenz und lässt sich besser schneiden. Den Kuchen stürzen, mit der Käsekruste nach oben wieder drehen und in Scheiben geschnitten servieren. Schmeckt warm und kalt.

Gequetschte Rote Bete

von Ye Olde Kitchen

Zutaten Rote Bete

4-5 Knollen Rote Bete
150 ml Rotweinessig
1 Lorbeerblatt
5 Pfefferkörner
Olivenöl

Zutaten Meerrettich-Schaum

2 TL frisch geriebener Meerrettich
50 ml Schlagsahne
1 Prise Salz

Zubereitung

Die Rote Bete Knollen in einen Topf geben, Essig, Lorbeerblatt und Pfeffer dazu geben. Mit kaltem Wasser auffüllen, so dass die Knollen bedeckt sind. Aufkochen lassen und dann mindestens eine halbe Stunde kochen, höchstwahrscheinlich aber länger. Bis die Knollen eben weich sind, je nach Größe.

Wenn die Knollen etwas ausgekühlt sind, etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Rote Bete zwischen beiden Händen zerquetschen. Hierbei sollte vorsichtig vorgegangen werden, der entstandene Fladen sollte noch am Stück sein, damit man ihn in der Pfanne wenden kann. Dann in die Pfanne geben und scharf anbraten. Es sollte eine mindestens dunkelbraune Kruste entstehen.

Wir haben einen „Meerrettichschaum“ dazu gemacht, dazu einfach Sahne, Meerrettich und Salz zu einem lockeren Schaum schlagen und über die Rote Bete geben.

Rote Bete Galette

von Kochen mit Diana

Zutaten Teig

200 g Weizenmehl
50 g Roggenmehl
1 TL Salz
100 g Butter,
2 EL Joghurt
50 ml kaltes Wasser

Zutaten Belag

1-2 rote Bete
100 g Ziegenfrischkäse
Meerrettich
Thymian
1/2 Stange Lauch
1 Ei, verquirlt

Zubereitung

Rote Bete waschen und in einem Topf geben. Mit Wasser füllen und für 45-60 Minuten kochen bis sie gar sind.
In der Zwischenzeit kümmern wir uns um den Teig. Die 2 Mehlsorten + Salz in einer Schüssel vermischen. Butter in Stückchen schneiden und zusammen mit Joghurt zum Mehl geben und alles kneten. Kaltes Wasser schluckweise dazu geben, bis ein geschmeidiger Teig entsteht. Teig zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie wickeln und 30 Minuten im Kühlschrank geben.

Wenn die rote Bete gar ist, diese kalt abspülen, schälen und in Scheiben schneiden. Lauch putzen und in Ringen schneiden.
Backofen auf 200°C Grad vorheizen.
Teig aus dem Kühlschrank nehmen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche rund ausrollen. Teig auf ein mit Backpapier belegte Blech geben.

Frischkäse mit Meerrettich und Thymian würzen und auf dem Teig verteilen, dabei sollte ein ungefähr 5-6 cm breiter Rand unbedeckt bleiben. Rote Bete und Lauch auf dem Frischkäse verteilen.
Den Rand nach innen schlagen und mit dem Ei bestreichen. Im Ofen geben und für 25-30 Minuten backen.

Rote-Bete-Lauch-Quiche

von Möhreneck

Zutaten

2-3 Rote Beten (je nach Größe)
Olivenöl
2 Tl Meersalz
1 Tl Rosmarin
4 Blätter Yufkateig
1 Stange Lauch
Rapsöl
4 El Balsamico Essig
200 g Tofu
250 ml Hafercuisine
100 ml pflanzliche Milchalternative (z.B. Haferdrink)
Meersalz
schwarzer Pfeffer
Muskat
Rosmarin
Thymian

Zubereitung

Die Rote Bete schälen und auf ein Backblech setzen. Salz und Rosmarin in eine Mühle geben und zerkleinern. Die Rote Bete mit Olivenöl einreiben und mit dem Rosmarinsalz bestreuen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C werden die Beten für ungefähr 45 Minuten vorgegart.

Für die Füllung wird der Lauch in dünne Scheiben geschnitten. Etwas Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und den Lauch darin dünsten. Mit Balsamico Essig ablöschen und diesen einkochen lassen. Den Lauch beiseitestellen. Den Tofu zerbröseln und zusammen mit der Hafercuisine und der Hafermilch verrühren. Mit den Gewürzen nach Gusto abschmecken. Die vorgegarte Rote Bete aus dem Ofen nehmen und etwas auskühlen lassen, dann in Scheiben schneiden.

Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und in der Backform verteilen. Den überstehenden Rand einschlagen und leicht andrücken. Etwas von der Tofucreme auf den Boden streichen, dann Rote Bete Scheiben und Lauch darauf geben. Danach die restliche Tofucreme darüber gießen. Als Abschluss Rote Bete Scheiben am Rand verteilen und den restlichen Lauch in die Mitte geben und leicht andrücken. Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C braucht die Quiche ungefähr 30 Minuten. Achtet darauf, dass sie am Rand nicht zu dunkel wird, und holt sie aus dem Ofen. Lasst sie kurz auskühlen und serviert sie dann zu frischem Salat oder genießt die Quiche einfach so.

Fermentierter Lauch und gebeizter Rehrücken

von Haut Goût

Zutaten

250 g Rehrücken, ausgebeint und pariert
eine Stange Lauch
fünf Teelöffel Salz (bei mir waren vier davon Pökelsalz)

Zubereitung

Den Lauch putzen, kleinschneiden und sehr dicht in ein Glas schichten. Einen Teelöffel Salz in 500 ml Wasser auflösen, den Lauch mit der Lake übergießen bis er bedeckt ist und mit einem zweiten Glas oder einem Deckel beschweren. Der Lauch darf keinen Kontakt zur Luft haben, sondern muss vollständig in der Lake sein. Einen Tag bei Zimmertemperatur stehen lassen, damit die Fermentation in Gang kommt, danach kühler und dunkler stellen. Die Lake trübt sich nach einiger Zeit und es entsteht Gas – das soll so sein. Nach etwa einer Woche den Lauch aus der Lake nehmen und abtropfen lassen.

Den Rehrücken mit zwei Teelöffeln Salz von allen Seiten einreiben, mit Frischhaltefolie umwickeln und in einem Gefäß in den Kühlschrank stellen. Nach einem Tag hat sich auch hier Lake gebildet, das Fleisch wird jetzt abgespült, abgetrocknet und erneut mit zwei Teelöffeln Salz eingerieben. Noch einmal ein bis zwei Tage später wird das Fleisch wieder abgespült und für eine halbe Stunde in klares Wasser gelegt, das mindert den Salzgeschmack. Danach gründlich abtrocknen und für einen Tag kühl und luftig aufhängen. Man könnte ihn jetzt auch räuchern oder einfach weiter trocknen, zum Lachsschinken. So schmeckt er aber immer noch mehr nach Rehfleisch als nach Schinken, außerdem auch recht salzig.

Lauch und Rehrücken ergänzen sich dann sehr gut: Der Lauch funktioniert beinahe als Gewürz und der eiweißlastige, salzige Geschmack des »angehenden Rehschinkens« trägt das Ganze. Ich bin normalerweise kein großer Freund halb leerer Teller, aber in diesem Fall hat es gepasst, und mehr wäre zu viel. Ein Stück Brot dazu, fertig

Brownies mit Rote Bete und Schokoladenhaube

von Münchner Küche

Zutaten Brownies

175 g Mehl
2 gehäufte TL Backpulver
80 g Kakaopulver
150 g Zucker
3 Eier (M)
250 g Rote Bete
200 ml Rapsöl

Zutaten Schokoladenhaube

200 g Vollmilchschokolade
100 g Butter
250 g Puderzucker
3 EL Kakaopulver
150 ml Sahne

Zubereitung Brownies

Rote Bete waschen und in einen Topf geben. Mit Wasser bedecken und ca. 40 Minuten weich kochen. Abschütten und abkühlen lassen. Danach schälen. Mehl, Backpulver, Zucker und das Kakaopulver in einer Schüssel vermischen und beiseite stellen. Die Rote Bete in grobe Stücke schneiden und in ein hohes Gefäß geben. Zusammen mit den Eiern und dem Rapsöl fein pürieren. Das Rote Bete Püree unter die Mehlmischung rühren bis ein glatter Teig entsteht. Eine Form (24 cm x 24 cm) mit Backpapier auslegen. Die Schokoladenmasse einfüllen und im 200 °C Ober-/Unterhitze vorgeheizten Backofen ca. 40 Minuten backen (wenn ihr mit einem Zahnstocher reinstecht, dann sollte noch etwas Teig daran kleben bleiben). Brownies aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen.

Zubereitung Schokoladenhaube

Die Schokolade zusammen mit der Butter in einer Schüssel über dem heißen Wasserbad langsam schmelzen danach in eine Schüssel umfüllen und etwas abkühlen lassen. Die Sahne und 1 Prise Salz zugeben und mit dem Handrührer langsam untermischen. Kakao und Puderzucker dazu sieben und ebenfalls langsam unterrühren. Die Schokoladencreme in eine Spritztülle füllen und dekorativ auf die Rote Bete Brownies spritzen.

Rote Bete Risotto mit geflämmtem Lauch und Schinkenchips

von Lebkuchennest

Zutaten

175 g Mehl
250 g Risottoreis
1 Knolle Rote Bete
1/2 Zwiebel
50 g Butter
200 ml Gemüsebrühe
300 ml Rote Bete Saft
100 ml Portwein
3 EL Balsamico

1 Stange Lauch
50 g Butter
Meersalz
Zucker

50 g Landschinken

Zubereitung

Wir starten mit dem Lauch – putzt ihn gründlich und schneidet das obere grüne Drittel ab (ich verwende es dann später in einem Eintopf – in Ringe geschnitten lässt es sich auch super einfrieren) teilt die übrige Stange in zwei Hälften, zieht sie mit einer Prise Salz und Zucker Vakuum.
Bereitet ein Wasserbad um die 80°C vor und gart den Lauch darin maximal eine halbe Stunde – in der Zwischenzeit könnt Ihr das Risotto ansetzen und die Rote Bete mit Schale weich kochen (ich mache das auch gern schon am Vorabend, da das Schälen etwas mühsam ist).
Schneidet die Zwiebel in feine Würfel und schwitzt sie zusammen mit dem Reis, einem Flöckchen Butter und einer Prise Salz an – löscht alles mit Portwein und Balsamico ab.
Sobald die Flüssigkeit eingekocht ist, mit etwas Brühe aufgießen, erneut aufkochen lassen und dabei stetig Rühren.
Mit der übrigen Brühe wiederholen und mit Rote Bete Saft weiter nach und nach aufgießen – währenddessen schneidet Eure geschälte Rote Bete in kleine Würfel.

Wenn der Reis nach etwa 20 Minuten die gewünschte bissfeste Konsistenz erreicht hat, könnt ihr den übrigen Saft und die Rote Bete Würfel mit der übrigen Butter unter rühren – abschmecken nicht vergessen.
Heizt den Backofen auf 200°C Umluft vor und gebt die Schinkenscheiben auf ein Backpapier und backt sie ohne weitere Zugabe von Fett für 5 Minuten knusprig – anschließend heraus holen und leicht abkühlen lassen. Parallel könnt ihr das zweite Stückchen Butter in einer Pfanne behutsam bräunen (bitte nicht zu dunkel werden lassen, da die Nussbutter sonst bitter wird) und bei Seite stellen.
Nun sollte auch die Garzeit des Lauchs abgelaufen sein – holt ihn aus dem Wasserbad und öffnet den Beutel auf (ich gebe die ausgetretene Flüssigkeit gern noch zum Risotto) und schneidet die Stangen in 2-3cm dicke Scheiben.

Flämmt die Lauchstücke ganz leicht mit dem Bunsenbrenner ab und träufelt die Nussbutter darüber. Richtet das Risotto an und zerkrümelt die Schinkenchips.

Rote-Bete-Ravioli mit Ziegenkäse in Thymianbutter

von Feed me up before you go-go

Zutaten Füllung

400 g frische Rote Bete
250 g Ziegenfrischkäse
1 Bio-Ei (L)
2 EL Semmelbrösel
3 Zweige Thymian
Abrieb von 1/2 Bio-Orange
Salz, Pfeffer

Zutaten Teig

200 g Hartweizengrießmehl
200 g Mehl Type 405 + etwas mehr zum Bestäuben
1/2 TL Salz
2 EL Olivenöl
ca. 100 ml Rote-Bete-Saft

Weitere Zutaten

4,5 EL Butter
2 Knoblauchzehen
6 Zweige Thymian
Abrieb von 1/2 Bio-Orange

Zubereitung

Für die Füllung den Ofen auf 220° C vorheizen. Die Rote Bete schälen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen. 45 Minuten im Ofen garen, zwischendurch wenden. Die Rote Bete kurz abkühlen lassen, dann in einen hohen Becher geben und mit einem Stabmixer fein pürieren. Mit Ziegenfrischkäse, Ei, Semmelbröseln, den abgezupften Thymianblättchen und Orangenschale vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Masse in einen Spritzbeutel füllen und bis zur Verwendung im Kühlschrank aufbewahren.

Für den Teig die beiden Mehlsorten mit Salz in einer Schüssel vermischen. Die Hälfte der Mischung in eine zweite Schüssel geben. In die erste Schüssel 1 EL Olivenöl und ca. 80 ml Wasser geben und alles zu einem geschmeidigen, aber nicht mehr klebrigen Teig verkneten. In die zweite Schüssel 1 EL Olivenöl und den Rote-Bete-Saft geben und ebenfalls zu einem glatten Teig verkneten.

Die beiden Teige jeweils vierteln. Je ein Viertel leicht flach drücken und mit etwas Mehl bestäuben. Mithilfe der Nudelmaschine bei Stufe 1 beginnend bis Stufe 7 zu einer dünnen Bahn ausrollen. Die Teigplatte auf eine bemehlte Arbeitsfläche legen, ein zweites gleichfarbiges Viertel ausrollen. Auf eine Bahn mithilfe des Spritzbeutels und mit genügend Abstand jeweils einen Klecks Füllung spritzen. Den Teig rund um die Masse mit dem Finger etwas befeuchten. Die zweite Teigbahn darüberlegen, Luft ausstreichen und mit einem Ausstecher eurer Wahl Ravioli ausstechen. Die Ravioli auf leicht bemehltem Backpapier aufbewahren und bis zum Kochen abdecken. Die Teigreste verkneten und ein weiteres Mal verwenden.
GESTREIFTE RAVIOLI: Zwei weiße und ein rotes Teigviertel wie oben beschrieben ausrollen. Die Viertel jeweils halbieren und die beiden roten Hälften durch den Bandnudelaufsatz (0,5 cm) drehen. Die roten Streifen auf den weißen Bahnen verteilen, sodass gleichmäßig gestreifte Bahnen entstehen. Die Streifen vorsichtig andrücken, überstehende Enden abschneiden. Die Teigbahn nochmals auf Stufe 5 und 6 durch die Nudelmaschine geben. Jeweils eine gestreifte Bahn mit den Streifen nach unten auf die bemehlte Arbeitsfläche legen. Wie oben beschrieben füllen, mit einer weiteren Streifenbahn abdecken und ausstechen.

Einen großen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen und die Ravioli darin portionsweise ca. 3 Minuten garen. Herausholen und abtropfen lassen. Die Knoblauchzehen schälen und in feine Scheiben schneiden. In einer großen Pfanne 1,5 EL Butter zerlassen und ein Drittel des Knoblauchs darin zusammen mit einem Thymianzweig anrösten. Dann ein Drittel der Ravioli hinzufügen, durch die Knoblauchbutter schwenken und erwärmen. Mit den übrigen Ravioli ebenso verfahren. Die Ravioli mit etwas brauner Knoblauch-Thymian-Butter auf den Tellern verteilen, mit den restlichen Thymianblättern und Orangenabrieb bestreut servieren.

Blätterteigschnecken mit Lauch und Bergkäse

von ninastrada

Zutaten

1 Ei
Salz & Pfeffer
1 Stange Lauch
75 g Speckwürfel
200 g Bergkäse am Stück oder gerieben
1 Rolle Blätterteig

Zubereitung

In einer großen Rührschüssel schlagt Ihr das Ei auf und würzt es mit Salz & Pfeffer.
Nun wascht Ihr den Lauch, entfernt eventuell die äußerste Schicht und schneidet ihn dann in sehr dünne Scheiben.

Dann kommt der Lauch mit den Speckwürfeln in die Rührschüssel.
Beim Käse habe ich mich für einen würzigen Bergkäse am Stück entschieden und diesen dann gerieben.
Der Käse kommt nun mit in die Schüssel und Ihr hebt alles gut unter, damit sich alle Zutaten gut vermischen.

Die Blätterteig Rolle legt Ihr nun aufgerollt der länge nach hin und belegt sie mit Eurem vorbereiteten Mix.
Dabei lasst Ihr die obere lange Seite ca. 2-3 cm frei.
Nun rollt Ihr die lange Seite vorsichtig ein. Das obere Ende des Blätterteigs ist nicht belegt, sodass Ihr die Rolle gut abschließen könnt.

Nun habt Ihr eine lange Rolle vor Euch liegen. Nehmt Euch ein scharfes Messer und beginnt ca. 1-1,5 cm dicke Scheiben davon herunterzuschneiden. Die daraus entstehenden Schnecken legt Ihr dann auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech.

Tipp

Macht zwischendurch das Messer immer wieder nass, so lässt es sich besser schneiden.Jetzt kommen die Schnecken für ca. 20 Minuten bei 180 Grad Umluft in den Ofen, bis sie goldbraun sind.

Rote Bete Spanakopita
vegetarischer Strudel mit Rote Bete, Ricotta und Feta

von moey's kitchen

Zutaten

1 kleine rote Zwiebel
2 Knoblauchzehen
einige Zweige frischer Thymian
ca. 500 g kleine rote Bete
50 g flüssiger Honig
50 ml Aceto balsamico
500 g Ricotta
200 g Feta
3 Eier
2 Prisen frisch geriebene Muskatnuss
8-10 Blätter Filoteig (Yufka)
ggf. etwas Mohn oder schwarzer Sesam zum Bestreuen
Meersalz
frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
extra natives Olivenöl

Zubereitung

Den Backofen auf 200 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. Eine Auflaufform (ca. 24 x 18 cm) gut mit Olivenöl einpinseln.
Etwas Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein würfeln und zusammen mit 2-3 Thymianzweigen langsam glasig dünsten.

Die Rote Bete schälen (dabei Handschuhe tragen) und in 1 cm große Würfel schneiden. Mit in die Pfanne geben. Ca. 15 Minuten bei schwacher Hitze unter gelegentlichem Rühren dünsten, bis die Rote Bete gerade durchgegart ist, aber noch Biss hat. Honig und Essig hinzufügen, unterrühren und noch mal 3 Minuten einkochen lassen, bis die Flüssigkeit weitgehend verdampft ist. Die Rote Bete in ein Sieb geben und etwas auskühlen und abtropfen lassen. Die Thymianzweige entfernen.

Ricotta, Feta und Eier in einer großen Rührschüssel gut verrühren. Mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen. Die leicht abgekühlte Rote Bete Würfel aus dem Sieb dazugeben und alles gut mit einem Kochlöffel verrühren. 1 Blatt Filoteig auf die Arbeitsplatte legen und mit etwas Olivenöl einpinseln. Zwei weitere Blätter darauf legen und jeweils ebenfalls gut einölen. Vorsichtig in die Backform legen, dabei den Rand überstehen lassen. Nochmal 3 Blätter wie oben beschrieben zusammenlegen und um 90° gedreht auf die erste Schicht in die Backform legen. Die Rote-Bete-Mischung darauf geben und glatt streichen. Die Teigränder nach innen umlegen. Die restlichen beiden Teigblätter wieder eingeölt zusammensetzen und zusammengefaltet auf den Auflauf legen.

Den Auflauf vorsichtig mit einem scharfen Messer diagonal einschneiden, abschließend mit Olivenöl einpinseln und nach Belieben mit etwas Mohn und weiteren Thymianblättchen bestreuen. Im vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene etwa 35-40 Minuten backen, bis der Teig goldbraun und knusprig ist.

Blätterteig-Taschen mit Ziegenkäse, Rote Bete & Apfel dazu Rote Bete Salat

von NOM NOMS food

Zutaten Blätterteig-Taschen

1 Ziegenkäserolle (150 g)
1 mittelgroße Rote Bete (gegart, vakuumiert)
1 kleiner Apfel
1 Zweig Thymian
1 Packung Blätterteig (Kühlregal)
1 Ei, Größe M
2 EL Milch

Zutaten Salat

1 große Rote Beete (gegart, vakuumiert)
1 EL Senf (mittelscharf, körnig)
1 TL Honig
2 EL Balsamico
4 EL Olivenöl
Salz
Pfeffer

Zubereitung

Ofen auf 200 °C Ober- und Unterhitze vorheizen.

Blätterteig-Taschen

Die Ziegenkäserolle zerkrümeln. Die Rote Bete in kleine Würfel schneiden. Den Apfel schälen und klein würfeln. Den Zweig Thymian waschen, Blättchen abzupfen und fein hacken. Alles miteinander vermengen und mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Blätterteig entrollen und in 10 Quadrate schneiden. Circa einen Esslöffel Ziegenkäse-Rote-Bete-Apfel-Mix in die Mitte jedes Quadrats geben und mit Blätterteig zu einem Päckchen einschlagen und die Enden gut zusammendrücken (wenn etwas vom Mix übrig bleibt, dann einfach auch als Salat benutzen). Dann die Taschen auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Das Ei mit der Milch verquirlen und die Taschen damit bepinseln. Im heißen Ofen im unteren Ofendrittel für
circa 25 Minuten goldbraun backen.

Salat

Die Rote Bete in dünne Scheiben schneiden und schön als Fächer auf den Tellern anrichten. Den restlichen Ziegenkäse-Rote-Bete-Apfel-Mix darüber geben. Für das Dressing Senf, Honig, Balsamico, Öl, Salz und Pfeffer verquirlen und über den kleinen Salat träufeln.

Dann die Blätterteig-Taschen mit Ziegenkäse, Rote Bete und Apfel aus dem Ofen nehmen, ganz kurz abkühlen lassen und mit dem Rote Bete Salat servieren.

Herzhafter Streuselkuchen mit Lauch

von Jankes*Soulfood

Zutaten Teig

300 g Dinkel-Vollkornmehl
5 g Trockenhefe
150 ml lauwarmes Wasser
50 ml Rapsöl
1 TL Salz

Zutaten Belag

1 große Stange Lauch (geputzt ca. 400 g)
1 EL Öl oder Butter
etwas Salz
100 g Schmand
1 TL Senf
Salz
Pfeffer

Zutaten Käsestreusel

100 g Bergkäse, gerieben (z.B. Gruyere oder Appenzeller)
60 g Mehl
50 g kalte Butter
1 Prise Salz

Zubereitung

Für den Teig werden alle Zutaten in eine Schüssel gefüllt und so lange durchgeknetet, bis eine feste, geschmeidige Masse entstanden ist. Diese zu einer Kugel formen und abgedeckt in der Schüssel ca. 1 Stunde gehen lassen. Vollkornmehle gehen in dieser Zeit nicht besonders viel auf, trotzdem wird der Teig durch die Ruhephase später schön fluffig und lässt sich toll verarbeiten.

Wurzel und die äußeren, festen Blätter vom Lauch entfernen, den Rest unter fließendem Wasser abwaschen, trocknen und in gleichmäßige Ringe schneiden.
Butter in einer Pfanne erhitzen und den Lauch hellbraun darin anbraten. Mit wenig Salz würzen und abkühlen lassen.

Für die Streusel werden Käse, Mehl, Butter und eine Prise Salz so lange miteinander verknetet, bis sich die Masse zu dicken Krümeln verbindet.
Zwischen Teig und Lauch habe ich eine Schmandcrème aufgetragen, die den Kuchen noch saftiger macht. 100g Schmand werden mit einem Teelöffel Senf verrührt und mit Salz und Pfeffer abgeschmeckt.

Für herzhafte Kuchen verwende ich immer gerne meine Quicheform mit Hebeboden. Für eine richtige Quiche ist mir der Rand oft zu niedrig, aber Hefeteige mit Belag gelingen super darin. Die Form muss nur ganz leicht mit etwas Öl oder Butter eingefettet werden.

Den fertigen Teig in der Form verteilen und dabei einen kleinen Rand formen. Teigboden mit Schmandcrème bestreichen und den Lauch darauf verteilen. Zum Schluss mit Käsestreuseln belegen. Im vorgeheizten Backofen bei 190°C Heißluft/Umluft ca. 15 Minuten backen.

Rote Bete Frühstückshörnchen

von Schlemmerkatze

Zutaten

500g Mehl
1/2 Würfel Hefe
125 ml Milch
75 g Ahornsirup
50 g Butter
2 Eier (Größe M)
eine Prise Salz
1 mittelgroße Rote Bete
1 Eigelb
50 ml Milch
Ziegenfrischkäse
Honig
Kresse

Zubereitung

Zunächst die Rote Bete waschen, in einen kleinen Topf mit Wasser geben und zum kochen bringen. Bei mittlere Hitze je nach Größe ca. 15-20 Minuten weich kochen. Anschließen etwas abkühlen lassen, schälen und in Stücke schneiden. Die Rote Bete mit einem Mixer fein pürieren und das Püree zur Seite stellen.
Die Hälfte des Mehls in eine große Rührschüssel geben, eine Mulde hinein drücken und die Hefe hinein bröseln.

Milch, Ahornsirup und Butter in einen Topf geben und leicht erwärmen, sodass die Butter schmilzt. Die lauwarme Milch über die Hefe gießen und mit dem Knethaken verrühren bis ein Brei entsteht. Nun die beiden Eier unterrühren und 2-3 Eßlöffel vom Rote Bete-Püree zum Teig geben. Im Anschluß noch das restliche Mehl hinzufügen und den Teig solange kneten bis er schön glänzt und sich von der Schüssel löst. Das kann schon mal 5-8 Minuten dauern. Sollte der Teig immer noch kleben einfach noch ein bisschen Mehl hinzufügen.

Den Teig in der Schüssel belassen, abdecken und über Nacht in den Kühlschrank stellen.
Am nächsten Morgen etwa eine Stunde vor der Weiterverarbeitung aus dem Kühlschrank nehmen.
Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche stürzen und zu einem Kreis mit etwa 30cm Durchmesser ausrollen. Mit einem Teigrädchen in 12 gleichgroße Tortenstücke schneiden und die einzelnen Stücke von der langen Seite her zu einem Hörnchen aufrollen. Die Hörnchen mit ausreichend Abstand auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech setzen - sie gehen noch ordentlich auf.

Backofen auf 175°C Ober-/Unterhitze vorheizen und die Hörnchen in der Zwischenzeit noch etwas gehen lassen. Eigelb und Milch miteinander verquirlen. Hörnchen mit der Eiermilch einpinseln und auf der mittleren Schiene ca. 20 Minuten backen. Da sie pink sind, kann ich jetzt nicht „goldgelb“ sagen. Hörnchen auf dem Blech auskühlen lassen und nach Belieben mit Ziegenfrischkäse, Honig und Kresse servieren.

Gugelhupf mit Roter Bete & Schokolade

von Delicious Stories

Zutaten

125 g Butter
320 g Zucker
3 Eier
60 ml Honig
200 ml Buttermilch
200 ml Sahne
380 g Mehl
4 TL Backpulver gehäufte Löffel
150 g Gemahlene Mandeln
60 g Kakaopulver
300 g Rote Bete gekocht
50 g Vollmilch Kuvertüre
40 ml Rote Bete Saft
150 g Puderzucker

Zubereitung

Den Ofen auf 180°C Ober-/Unterhitze (Heißluft: 160°C) vorheizen.
Butter in einer Schüssel mit dem Zucker schaumig schlagen. Jedes Ei etwa 1/2 Min. auf höchster Stufe unterrühren. Honig, Buttermilch und Sahne ebenfalls unterrühren. Mehl mit Backpulver, Kakaopulver und Mandeln mischen und nach und nach dazugeben, gut verrühren.

Kuvertüre hacken, Rote Bete raspeln und beides unter den Teig rühren.
Gugelhupfform leicht mit Butter auspinseln und den Teig in die Form füllen. Im Ofen etwa 1 Std. backen. Den Backofen in den ersten 40 Min. nicht öffnen, sonst fällt er zusammen und wird speckig.

Den Kuchen noch in der Form auskühlen lassen, erst dann vorsichtig auf ein Kuchengitter oder Brett stürzen.
Rote Bete Saft mit Puderzucker zu einer glatten Glasur verrühren. Wenn der Kuchen abgekühlt ist die Glasur darüber gießen und fest werden lassen.

Knuspriger Lauchkuchen mit Thymian-Sahneguss

von Feines Gemüse

Zutaten Teig

165 g Mehl
80 g weiche Butter
3/4 Ei
1 kräftige Prise Salz

Zutaten Belag

2 Eier
65 ml Sahne
2 – 3 Stangen Lauch
1 TL getrockneter Thymian
1 kräftige Prise Muskatnuss
65 ml Milch

Zubereitung

Den Backofen auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.
Alle Zutaten für den Teig in eine Schüssel geben und mit den Händen zu einem homogenen Teig verkneten. Dann ab in Frischhaltefolie und für gut 30 Minuten in den Kühlschrank.
Lauchstangen putzen, Strunk und Blätter entfernen und in ca. 2 cm lange Stücke schneiden.

Teig aus dem Kühlschrank nehmen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und dann in die gebutterte Form drücken. Mit einer Gabel einstechen und schon einmal 10 Minuten im Ofen vorbacken.
Aus dem Ofen nehmen und die Lauchstücke dicht nebeneinander auf den Boden stellen.
Eier, Sahne, Milch und Thymian verquirlen, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Den Guss über den Lauch gießen und ca. 45 Minuten backen.

Mini Blätterteigpizzen mit roter Beete und Schafskäse

von Cuisine Violette

Zutaten

Ein Blätterteig (TK, bzw. gekühlt)
Eine Rote Bete
100 g Feta
100 g Creme fraiche
Salz
Pfeffer
1 TL Thymian
1 EL Honig
1 Ei

Zubereitung

Backofen auf 200° Umluft vorheizen.
Den Blätterteig ausrollen und mit einem Glas (oder irgendwas rundem) die einzelnen Mini-Pizzen ausstechen. Die einzelnen Stücke dann auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen.
Die Creme fraiche mit Salz und Pfeffer würzen und jeweils einen kleinen Klecks auf den Pizzen verteilen.
Die rote Beete schälen und in kleine Würfel schneiden.

Den Feta Käse ebenfalls würfeln und beides auf den Pizzen verteilen.
Das Ei verkleppern und die Ränder der Pizzen einstreichen.
Den Thymian über die Pizzen streuen und ein wenig Honig darüber träufeln.
Alles im vorgeheizten Backofen ca. 15 Minuten backen. (Je nach Blätterteig).

Pasta mit Rote Bete, Ziegenkäse und Salbei

von Wallygusto

Zutaten

150 g frische Rote Bete
100 g Ziegenfrischkäse
55 g getrocknete Kichererbsen (oder 1/2 Dose gekochte)
1 rote Zwiebel, in feinen Ringen
5 Salbeiblätter
Olivenöl
Salz
Pfeffer
220 g Pasta, z.B. Strozzapretti

Zubereitung

Kichererbsen für 12 -24 Stunden in Wasser einweichen. Wer etwas Natron zur Hand hat, kann auch noch etwas Natron hinzufügen - das verkürzt die anschließende Garzeit.

Zunächst Rote Beete abwaschen sowie Wurzel und Blätter entfernen. Dabei aufpassen, dass man die Schale möglichst nicht beschädigt. Ansonsten verliert sie beim Kochen ihre schöne Farbe. Die Rote Bete im kochenden Salzwasser für ca. 35 - 40 Minuten gar kochen. Anschließend aus dem Wasser holen und etwas abkühlen lassen, Enden abschneiden, Haut entfernen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden.
Parallel zum Kochen der Rote Bete auch die Kichererbsen in ca. 20 Minuten gar kochen.

Jetzt die Zwiebel mit etwas Olivenöl bei mittlerer Hitze glasig andünsten.
Während die Zwiebeln andünsten, die Pasta aufsetzen.
Als nächstes die Rote Bete und die Kichererbsen zu den Zwiebeln geben und für ca. 5 Minuten mit braten.
Dann das Ganze mit einem Schöpfer Nudelwasser ablöschen und bei geschlossenem Deckel bei niedriger Hitze köcheln lassen.

Kurz bevor die Pasta al dente ist, den Ziegenfrischkäse und den Salbei zum Gemüse geben und unterrühren.
Abschließend Pasta abtropfen lassen, ebenfalls in die Pfanne geben, gut umrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und servieren.

Lauch-Sloppy-Joe im roten Hamburger-Bun mit Roter Bete

von happy plate

Zutaten

Rote Beete Buns
260 ml Rote-Bete-Saft
250 g Mehl 550
25 g Butter auf Raumtemperatur
10 g Zucker
5 g Trockenhefe
5 g Salz
1 Ei
2 EL Milch
1 TL Nigella Samen
Lauch Sloppy Joe
300 g Schweinehack
1 Knoblauchzehe
1 Stange Lauch möglichst kleingeschnitten
1 TL Tomatenmark
1 gestrichener TL Paprikapulver
120 g Sahne, 40%
Salz
Pfeffer

Zubereitung Rote-Bete-Buns

Den Rote-Bete-Saft um die Hälfte reduzieren und auskühlen lassen. Das Eigelb und das Eiweiß voneinander trennen. Den Saft, Mehl, Butter, Zucker, Trockenhefe, Eigelb und Salz miteinander vermengen, den Teig eine Stunde gehen lassen.

Den Teig in vier Teile teilen und vier kleine Buns formen, die man auf ein Backblech legt und hier noch mal 30 Minuten gehen lässt.

Den Backofen auf 190°C vorheizen und eine Schüssel mit Wasser reinstellen.
Das Eiweiß mit der Milch verrühren und die Buns damit einpinseln, darüber die Nigella Samen geben.
Die Buns ca. 20 Minuten im Ofen ausbacken.

Zubereitung Lauch-Sloppy-Joe

Eine Pfanne mit etwas Öl erhitzen, das Hackfleisch darin anbraten. Die Knoblauchzehe fein hacken und dazugeben. Den Lauch in Ringe schneiden und waschen.Trocknen und ebenfalls mit in die Pfanne geben. Das Tomatenmark mit anrösten. Paprikapulver und Sahne dazugeben und leicht einkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Sandwich fertig stellen

Die Buns halbieren und von der Innenseite toasten. Das Lauch-Sloppy-Joe in das Bun füllen.

Gefüllte Rote Bete mit Wirsing und Apfel

vo Pott.lecker

Zutaten

4 Rote-Bete-Knollen
4-6 Kartoffeln, mehlig kochend
1 Apfel
50 g Pinienkerne
80 g Gruyère
1 Zwiebel
1 kleine Knoblauchzehe
200 g Wirsing
30 g Butter
3 EL Milch
100 g Crème fraîche
Glatte Petersilie
Olivenöl
Salz, Pfeffer & Muskatnuss

Zubereitung

Rote Bete in einen Topf mit Wasser geben. Einmal aufkochen lassen und dann ca. 15 min. köcheln lassen. Rote Bete schälen (mit Handschuhen!!!) und dann vorsichtig aushöhlen. Am Besten mit einem Melonen-ausstecher!

Kartoffeln schälen und ca. 20 Minuten kochen.
Kartoffeln abschütten und die Milch und die Butter dazu geben und stampfen. Mit Salz und Muskatnuss abschmecken.

Knoblauch und Zwiebel klein schneiden und in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen.
Wirsing & Apfel klein schneiden und dazugeben und ca. 3 Minuten mit andünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl rösten.
Pinienkerne, Wirsing-Apfel-Gemisch und Kartoffelpüree mischen und in die Rote Bete füllen.

Mit geriebenem Gruyère bestreuen und in dem vorgeheizten Backofen bei 160 Grad / Heißluft ca. 15 Minuten backen.
Die gefüllte Rote Bete mit gehackter Petersilie bestreuen und mit Crème fraîche servieren.

Salade folle d'Hiver mit Rote Bete

von pastasciutta

Zutaten für 4 Portionen

2 große Rote Bete
2 Anissterne
2 TL Koriandersaat
1 TL Pfefferkörner
Salz
weißer Balsamico
Olivenöl
1 küchenfertiges Brathähnchen
2 Orangen
1 Becher Joghurt
1 Prise Zucker
1 Stück frischer Kurkuma
2-3 Chicoree

Außerdem

Alufolie

Zubereitung

Am Vortag oder einige Stunden vor dem Servieren die Rote Bete waschen, bei Bedarf auch mit einer Bürste schrubben. Einzeln mit jeweils einem Anisstern sowie etwas Koriander und Pfeffer fest in Alufolie einwickeln. Die Alupakete auf ein Backblech setzen und bei 200° C etwa 2 Stunden in den Backofen geben.

Ein Paket vorsichtig öffnen und mit einer Gabel testet, ob die Rote Bete gar ist. Falls nicht, noch einmal für 20 Minuten in den heißen Ofen geben.
Die Rote Bete aus der Folie wickeln und schälen, sobald die Temperatur das zulässt. Die Gewürze werden nicht mehr verwendet. Die Rote Bete in Würfel schneiden und mit Salz, Zitronensaft und Olivenöl nach Geschmack mischen.

Den Backofen auf 180° C vorheizen.
Ein Brathähnchen in Brüste, Beine und Flügel teilen. Die Teile auf ein Backblech oder in eine flache, feuerfeste Form legen.

Eine Orange auspressen und eine Orange filetieren. Den Joghurt mit dem Orangensaft verrühren. Mit Salz und Zucker abschmecken. Kurkuma schälen und in den Joghurt reiben. Die Hälfte der Marinade für das Hähnchen verwenden, den Rest für den Salat. Die Hähnchenteile mit der Marinade bestreichen und im vorgeheizten Ofen eine Stunde backen. Chicoree putzen und zerteilen. Die Blätter auf Tellern anrichten. Die Orangenfilets darauf betten und die marinierte Rote Bete auf dem Salat verteilen. Die Hähnchenteile in mundgerechte Stücke schneiden. Das Joghurtdressing über den Salat träufeln.

Der Salat lässt sich auch zum Mitnehmen in einem Glas anrichten. In diesem Fall gehört das Hähnchen mitsamt dem Joghurtdressing nach unten und die Chicoreeblätter ohne Dressing ganz nach oben.

Karamellisierte Rote Beete aus dem Ofen mit Romesco-Sauce und Reis

von Dinner4Friends

Zutaten für 2 Portionen

600 g Rote Beete
2 Karotten nach Belieben
5 EL Rotweinessig
6 Olivenöl
2 EL gemischte, getrocknete Kräuter (nach Belieben Thymian, Rosmarin, Oregano)
1 EL flüssiger Honig (alt.: Kokosblütenzucker oder Birkenzucker)
1 EL Sojasauce
Salz
1 EL gem. Paprika edelsüß
Cayennepfeffer
2 Tomaten (je nach Saison gehen auch getrocknete, in Öl eingelegt)
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
5 EL gemischte Nussmischung
2 EL Sesam
400 g Reis

Zubereitung

Ofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen. Einmalhandschuhe anziehen und die Roten Beete schälen und in Spalten schneiden. In einer großen Schüssel die Marinade für die Roten Beete (wer will kann auch noch Karotten-Spalten dazugeben) mischen. Dazu 3 EL Essig, 3 EL Olivenöl, Honig, Kräutern und Sojasauce glatt rühren. Die Roten-Beete-Spalten dazugeben und mit Einmalhandschuhen alles per Hand gibt vermischen, bis alle Spalten mit der Marinade bedeckt sind. Die Roten Beete gleichmäßig auf dem Backblech verteilen und für 45 Minuten im Ofen backen. Am Schluss für 5 Minuten den Backofengrill anschalten und das Gemüse anrösten.

Den Reis mit der doppelten Menge Wasser kochen bis er durch ist. Für die Romesco-Sauce Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl glasig andünsten. In einer beschichtetenPfanne ohne Fett die Nüsse anrösten bis sie gebräunt sind. Dann etwas abkühlen lassen und im Mixer fein mahlen. Den Strunk der Tomate entfernen, fein würfeln und zur Zwiebel-Knoblauch-Mischung geben und rund 10 Minuten mit andünsten. Paprikapulver dazugeben, gut einrühren, vom Herd nehmen und die Mischung kurz abkühlen lassen. In einem großen Mixer (oder einem sehr guten Pürierstab) die gemahlenen Nüsse, 3 EL Wasser, 2 EL Essig, 2-3 EL Olivenöl und die Zwiebel-Knoblauch-Tomaten-Mischung geben und alles fein pürieren. Am Schluss mit Cayennepfeffer und Salz abschmecken.

Schwedischer Rote Bete Salat - Rödbetssallad

von s-küche

Zutaten

400 g Rote Bete frisch oder eingelegt (ich halb/halb)
60 g Cornichons
1/2 Apfel
200 ml Saure Sahne
50 g Mayonnaise
2 El milder Obstessig
für die Farbe optional 2 El Rote Bete Sud aus dem Glas
Pfeffer
Salz
1 Tl Zucker
3 g frisch gemahlener Meerrettich (ersatzweise aus dem Glas)

Zubereitung

Werden frische Rote Bete verwendet, diese einfach schälen, 45 Minuten dämpfen und sehr fein schneiden. Gläschenware eben nur schneiden.

Cornichons sehr fein hacken, Apfel in kleinste Stückchen hobeln oder reiben.
Saure Sahne, Mayonnaise, Essig, Bete-Sud, Pfeffer, Salz, Zucker und Meerrettich hinzugeben und alles gut durchmischen.

Ganz nach persönlichem Geschmack noch einmal mit Essig, Meerrettich und Gewürz abschmecken und etwas ziehen lassen. Wer ausschließlich frische Bete verwendet hat, gibt besser noch einen Esslöffel milden Essig mehr hinzu.

Würzige Lauch-Quiche mit Erbsen und Emmentaler

von Wunderbrunnen

Zutaten Teig

250 g Mehl
125 g kalte Butter
Salz
1 Eigelb

Zutaten Füllung

2 Stangen Lauch
150 g Erbsen
100-150 g Kochschinken
4 Eier
200 g saure Sahne
80 g Emmentaler
3 EL Petersilie
Salz
Pfeffer

Zubereitung

Das Mehl, die Butter, Eigelb und etwas Salz zügig zu einem glatten Teig verkneten und kalt stellen. Den Lauch putzen, halbieren und vierteln und in Stücke schneiden. Schinken in Würfel schneiden. Den Käse reiben.

Nun den Teig blindbacken – wie das geht, habe ich euch in diesem Rezept aufgeschrieben, es geht ganz einfach! In der Zwischenzeit den Lauch in etwas Öl für 2-3 Minuten anschwitzen. Die Erbsen für die letzte halbe Minute dazugeben. Für die Füllung die Eier mit der Sahne, der Petersilie und dem Käse vermengen, salzen und pfeffern. Eventuell noch einen Schluck Milch dazugeben.

Wenn der Teig fertig ist, den Ofen auf Temperatur lassen. Den Lauch, die Erbsen und den Schinken auf dem Teig verteilen, anschließend das Eiergemisch darüber gießen und die Form einige Male auf die Arbeitsfläche klopfen, damit sich alles gut verteilt. Im Ofen ca. 35-40 Minuten backen, bis die Füllung gestockt ist und der Käse goldbraun ist.

Vielen Dank für den Download dieser PDF-Sammlung

Diese PDF-Sammlung ist lediglich für den privaten Gebrauch bestimmt.
Vervielfältigungen sind ohne vorherige Abstimmung mit allen Beteiligten ausgeschlossen.