

Rote Bete Tatar

mit Heidelbeer-Vinaigrette

Bio Kochbox KW 28



Rote Bete Tatar

mit Heidelbeer-Vinaigrette



Für 2 Portionen:

- 400 g Rote Bete
- 1 rote Zwiebel
- 3 Stiele Dill
- 125 g Heidelbeeren
- 50 g Frischkäse
- 2 TL Meerrettich im Glas
- Zitronensaft
- 1/2 Knoblauchzehe, feingehackt
- 1 Baguette

Für 4 Portionen:

- 800 g Rote Bete
- 2 rote Zwiebeln
- 6 Stiele Dill
- 250 g Heidelbeeren
- 100 g Frischkäse
- 3-4 TL Meerrettich im Glas
- Zitronensaft
- 1 Knoblauchzehe, feingehackt
- 1 Baguette

Eigener Vorrat

- Salz, Pfeffer
- 9-10 EL Olivenöl
- 4 TL körniger Senf
- 5 EL Balsamico
- 100 ml Wasser

Zubereitung:

Rote Bete putzen, dünn schälen und sehr klein würfeln. In einem Topf mit wenig Salzwasser 1 x aufkochen lassen und mit geschlossenem Deckel bei mittlerer Hitze ca. 7-9 Minuten garen. In ein feines Sieb geben und abtropfen lassen. Die Zwiebel sehr fein hacken. Dillblättchen von den Stielen zupfen, dabei einige für die Deko zur Seite legen. Rote Bete in einer Schüssel mit Zwiebeln, Senf, 1 EL Dill, 0,5 EL Balsamico und 1 EL Öl mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rote Bete Tatar in 4 kleine Tassen oder Crème Brûlée-Förmchen füllen, dabei leicht andrücken. Heidelbeeren verlesen, waschen, 1 EL beiseitestellen. Die restlichen Beeren mit dem restlichen Balsamico, Agavendicksaft, Wasser und 2 EL Olivenöl mit dem Pürierstab oder im Blitzhacker pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Frischkäse mit Meerrettich und einigen Spritzern Zitronensaft verrühren, ebenfalls mit Salz und Pfeffer würzen. Tatar, Vinaigrette und Meerrettichcreme kaltstellen. Knoblauch und restliches Olivenöl verrühren. Brot in dünne Scheiben schneiden und kurz in dem Knoblauchöl wenden. Auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen und auf der mittleren Schiene bei 200° 7-8 Minuten knusprig goldbraun backen. Die Vinaigrette nochmals gut durchrühren. Das Rote Bete-Tatar auf Portionsteller stürzen. (Vorher mit einem Messer am Rand der Tasse entlangfahren, damit sich das Tatar lösen lässt.) Etwas von der Vinaigrette darüber träufeln und mit einem Teelöffel Kleckse auf die Teller setzen. Kleine Creme Nocken auf das Tatar setzen. Den restlichen Dill und die zur Seite gestellten Heidelbeeren auf den Tellern verteilen. Die Röstbrote dazu servieren.