



Gebackene Rote Bete

mit gegrillter Birne und Ziegenkäse



20-30min



2 Personen

Ob als Vorspeise in einem feinen Menü oder als eleganter vegetarischer Hauptgang: Die auf zarten Spinatblättern angerichteten ofengebackenen Rote-Bete-Spalten, der cremige Ziegenfrischkäse und die gegrillten Birnen sind nicht nur ein Hingucker, sondern auch geschmacklich perfekt abgestimmt. Dabei geht alles auch noch ruckzuck – perfekt!

Was du von uns bekommst

- 2 Rote Beten
- 1 Birne
- 2 Päckchen Pistazienkerne ¹⁵
- 2 rustikale Baguettebrötchen ¹
- 1 Packung Ziegenfrischkäse ⁷
- 1 Packung Babyspinat
- 1 Päckchen Balsamicoessig ¹²

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- Grillpfanne
- kleiner Kochtopf
- Sparschäler

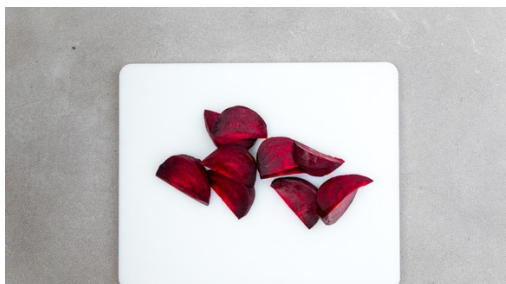
Vergiss nicht, dein Gemüse gründlich zu waschen. Besonders in grünem Blattgemüse und Salaten können kleine Steinchen enthalten sein.

Allergene

Gluten (1), Milch (7), Schwefeldioxid und Sulphite (12), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 692.0kcal, Fett 29.6g, Eiweiß 20.7g, Kohlenhydrate 80.7g



1. Rote Bete schneiden

Den Backofen auf 230°C Umluft (250°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Rote Bete** schälen, halbieren und in 2-3cm breite Spalten schneiden. **Tipp:** Da die **Rote Bete** stark färbt, am besten mit Küchenhandschuhen und Schürze arbeiten!



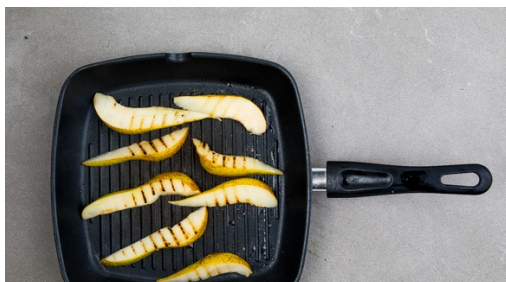
2. Rote Bete backen

Die **Rote-Bete-Spalten** mit 1EL Olivenöl sowie Salz und Pfeffer vermengen, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und im Ofen 15-20Min. backen, bis die **Rote Bete** gar ist.



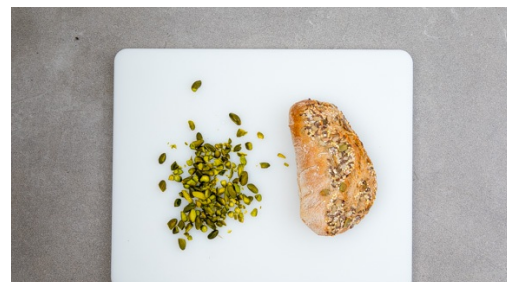
3. Dressing zubereiten

Den **Balsamicoessig** in einem kleinen Topf mit 1/2EL Zucker bei mittlerer Hitze kurz aufkochen lassen, die Temperatur reduzieren und den **Balsamicoessig** auf ca. 2/3 des ursprünglichen Volumens einköcheln lassen. Das **Dressing** mit Salz und Pfeffer abschmecken. **Tipp:** Je nach Geschmack und gewünschter Textur ggf. 1-2EL Olivenöl hinzugeben.



4. Birne grillen

Die **Birne** längs vierteln, entkernen und mit 1EL Olivenöl vermengen. Die **Birnenspalten** in einer Grillpfanne bei starker Hitze 2-3Min. von jeder Seite grillen, bis ein goldbraunes Grillmuster zu sehen ist.



5. Pistazien hacken

Die **Pistazien** grob hacken. Die **Baguettebrötchen** im Ofen 5-8Min. knusprig aufbacken.



6. Anrichten und servieren

Den **Ziegenkäse** dünn aufschneiden oder mit den Fingern zerrupfen. Den **Spinat** mit der **1/2 des Dressings** vermengen und die **Birnenscheiben** sowie die **Rote-Bete-Spalten** unterheben. Den **Käse** auf dem **Salat** anrichten, das **restliche Dressing** darüberträufeln und mit **Pistazien** garniert servieren. Die **Brötchen** aufschneiden und zum **Salat** reichen.