

Marmorierte und gelbe Bete mit Kräuterzucker und Joghurteis

Rezept für 4 Personen

Zutaten:

1 St. marmorierte Bete
2 St. gelbe Bete
5 St. Nelken
2 St Sternanis
1 TL Kümmel
2 St. Lorbeerblätter
etwas Pflanzenöl
etwas heller Balsamicoessig

5 EL Moscovadozucker (Roh-Rohrzucker)
2 Zweige glatte Petersilie
1 Zweig Basilikum
1 Zweig Rosmarin
2 Zweige Thymian
6 Zweige Kerbel
1 TL Salz

3 EL Olivenöl
2 EL Zitronensaft
1 EL Wasser
¼ Bd. Schnittlauch

1 Schale Wildkräutersalat
etwas helles Balsamicodressing

1 Schale essbare Blüten

1 Becher Joghurteis

Salz/Pfeffer/Zucker

Die gelbe Bete mit den Gewürzen und einer guten Prise Salz in einen Topf geben und mit kaltem Wasser bedecken. Die Bete bei mittlerer Hitze ca. 1Std. bissfest kochen. Die gegarte Bete aus dem Wasser nehmen und auskühlen lassen, den Fond auf ein Drittel einkochen und mit etwas Salz, Pfeffer, Zucker, hellem Balsamicoessig und etwas Pflanzenöl kräftig abschmecken. Die gelbe Bete schälen, in 0,5 cm breite Scheiben schneiden und in den Fond einlegen.

Die marmorierte Bete mit einen Sparschäler großzügig schälen und mit Hilfe einer Aufschnittmaschine in hauchdünne Scheiben schneiden. Diese bis zum Servieren abgedeckt kalt stellen.



ÖFFNUNGSZEITEN:

Mo & Di: 9 - 13 Uhr
Mi & Do: 9 - 13 Uhr
 15 - 18 Uhr
Fr: 9 - 18 Uhr
Sa: 9 - 13 Uhr

ANSCHRIFT:

STEIN'S Kräuter & Garten
Mainzer Straße 180
55124 Mainz-Gonsenheim
Telefon: 06131 - 44198
Fax: 06134 - 44155
kontakt@kraeuterundgarten.de
www.kraeuterundgarten.de

Für den Zucker die Kräuter waschen, zupfen und fein schneiden. In einem Mixer mit Zucker und Salz ca. 20 Sekunden bei voller Stufe mixen und auf einen mit Küchenpapier ausgelegten Teller geben. Ein weiteres Küchenpapier darauf legen und in der Mikrowelle 2-3 Mal bei mittlerer Stufe für ca. 20 Sekunden trocknen, so dass ein grober, trockener Kräuterezucker entsteht.

Das Olivenöl mit dem Zitronensaft und dem Wasser verrühren, mit etwas Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Den Schnittlauch waschen, in feine Ringe schneiden und kurz vor dem Anrichten unter die Vinaigrette mischen.

Die gelbe Bete Scheiben in der Mitte der Teller anrichten, den Wildkräutersalat mit etwas hellen Balsamicodressing marinieren und locker darauf verteilen. Die Scheiben der marmorierten Bete mit der Schnittlauchvinaigrette marinieren und zwischen den Wildkräutersalat stecken. Eine Handvoll Kräuterezucker darüberstreuen und eine Nocke vom Joghurteis darauf setzen. Zum Schluss noch mit etwas Schnittlauchvinaigrette und den Blüten dekorieren.