

Rote Beete Salat mit Ziegenkäse



35 Minuten



1 Person



NÄHRWERTE

Energie 529 Kcal

Kohlenhydrate 20.9 g

Eiweiß 17.4 g

Fette 39.8 g

Nährwert pro Person

ZUTATEN

- 200 g Rote Beete
- ½ Apfel
- 1 EL Öl
- ½ EL Balsamico-Essig
- ½ TL Senf (oder Meerrettich)
- Etwas Süßstoff
- 90-100 g frischer Ziegenkäse
- 5 Walnüsse, fein gehackt
- 1 Stückchen Butter
- Etwas Salz
- Etwas Pfeffer

ZUBEREITUNG

Schneide die gekochte Rote Beete und den Apfel in kleine Stücke und gebe beides in eine Schüssel. Öl, Essig, Senf und Süßstoff zu einem Dressing verrühren und mit dem Salat vermischen. Für die Entwicklung des vollen Aromas, 30 Minuten in den Kühlschrank stellen. Den Rote-Beete-Salat auf einem Teller anrichten und mit den Ziegenkäsescheiben garnieren. Die gehackten Walnüsse über den Salat streuen und mit Salz und Pfeffer würzen.