



Tatar von der Roten Bete

Schritte: 8

Schwierigkeitsgrad: Mittel

Zutaten

4 Portionen

2	Rote Bete Knollen	1 TL	Kümmel
1/2	Zwiebel		Rapsöl
1 Zweig	Rosmarin	1 Zweig	Thymian
2 TL	Balsamico-/ Himbeeressig	1 TL	Olivenöl
1 TL	Agavendicksaft	2	Schalotten
	Salz, Pfeffer		Paprikapulver edelsüß
200 ml	Rote Bete Saft	200 ml	Sahne

Zubereitung

1. Für den Soßenspiegel Rote Bete Saft kurz aufkochen, mit Sahne ablöschen. Nochmal aufkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
2. Für das Tatar den Ofen auf 200 °C vorheizen.
3. Die Rote Bete waschen und mit der halben Zwiebel (diese muss nicht geschält werden), Kümmel, Rosmarin, Thymian, etwas Rapsöl und Salz in einen ofenfesten Topf geben. Alles einmal umrühren, damit sich Öl und Salz verteilen und für 40 - 60 Minuten mit geschlossenem Deckel im Ofen schmoren.
4. Die Bete abkühlen lassen und pellen.
5. Nun die Schalotten und die Rote Bete in feine Würfel schneiden.
6. In einer Schüssel wird nun der Balsamico Essig oder Himbeeressig (macht es etwas fruchtiger) mit dem Olivenöl und dem Agavendicksaft vermischt.
7. Jetzt die Schalotten- und Rote Bete-Würfel in die Schüssel geben und alles miteinander verrühren.
8. Zum Schluss alles mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken und auf dem Soßenspiegel servieren.

Rucolasalat dazu reichen.

Die Zutaten für dein Lieblingsrezept findest du in deinem Selgros Markt

Hast du Lust bekommen, das Rezept auszuprobieren? Dann nichts wie auf zu Selgros! Dort findest du alle **Zutaten für dein Lieblingsrezept**, die du zum Nachkochen brauchst. In unseren Märkten findest du erstklassige Produkte, um dieses und andere Rezepte nachzukochen - von frischem Obst und

Gemüse über erstklassige Fisch- und Fleischspezialitäten bis hin zu besonderen Zutaten, Gewürzen, Ölen und mehr. Mit einer riesigen Auswahl von mehr als 60.000 Artikeln auf Verkaufsflächen von bis zu 11.000 Quadratmetern decken wir an **38 Standorten** in ganz Deutschland den Bedarf von Einzelhändlern, Selbständigen, Freiberuflern, Vereinen, Kleinunternehmern, Gastronomen, Handwerkern und anderen Gewerbetreibenden. Schau dir noch schnell unsere aktuellen Angebote an – es lohnt sich!

UNSERE AKTUELLEN ANGEBOTE

Viele weitere Rezepte bei Selgros entdecken

Entdecke viele weitere Rezepte bei Selgros: Wir haben für dich eine **große Auswahl** an Koch-, Back- und Grill-Rezepten zusammengestellt. Hier wirst du garantiert fündig! Du kannst in unserer **Rezeptsuche** ganz einfach nach Schlagwörtern wie beispielsweise Hauptkomponenten oder bestimmten Zutaten suchen. Oder du lässt dich von unseren Kategorien inspirieren. In unserem **Filter** findest du alles - von alkoholfreien Cocktails, Burger, Fleischgerichten, Beilagen, Gebäck, Pasta, Salaten bis hin zu vegetarischen Gerichten. Einfach die gewünschte Kategorie anklicken und du kannst aus einer Vielzahl toller Rezepte **zum Kochen und Backen** auswählen und stöbern.

Zudem findest du hier auch alle Rezepte, die wir in unseren aktuellen Angeboten haben. Ebenso bieten wir saisonale Rezepte wie Spargel- oder Erdbeerrezepte, Grill-Rezepte, Gerichte aus der herbstlichen Küche wie Flammkuchen oder Aufläufe. Unsere Rezeptwelt wird ständig um weitere tolle Gerichte und Kochideen erweitert. Es lohnt sich regelmäßig auf unserer Rezeptseite vorbeizuschauen.

Lass dich von unserer Rezeptvielfalt inspirieren und finde dein neues Lieblingsrezept. Wir wünschen dir **viel Spaß beim Entdecken, Stöbern und Nachkochen.**

WEITERE REZEPTE ENTDECKEN