# Feigenhäppchen mit Rote Bete

Zeit gesamt
20min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach

## Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|---|---|
| Rote Bete im Glas, Scheiben | 150 g |
| Feigen | 4 St. |
| Camembert | 150 g |
| saure Sahne | 80 g |
| Senf | 3 TL |
| Honig | 2 TL |
| Salz | |
| Pfeffer, schwarz | |
| Pumpernickel | 16 Scheiben |

## Zubereitung

Küchenutensilien

mittlere Schüssel, Sieb

1. Rote Bete in einem Sieb abtropfen lassen. 2 Feigen halbieren, Fruchtfleisch herauslösen und zerkleinern. Die übrigen Feigen waschen, schneiden und achteln. Camembert möglichst in 16 Würfel schneiden.

2. In einer Schüssel saure Sahne, Senf und Honig verrühren, Feigenfleisch unterheben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3. Pumpernickeltaler vierteln, mit Rote Bete und Feigenscheiben belegen, mit Feigen-Senf-Creme bestreichen und jeweils einen Camembertwürfel daraufsetzen.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

| | |
|---|---|
| Kaloriengehalt | 802 kcal |
| Kohlenhydrate | 127 g |
| Eiweiß | 30 g |
| Ballaststoffe | 17 g |
| Fette | 21 g |