

## Gebackene Rote Bete

Zeit gesamt 30min



Zubereitungszeit 15min

Schwierigkeit Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Knoblauchzehen	2 St.
Rote Bete, vorgegart	500 g
Thymian, frisch	20 g
Zwiebeln, gelb	8 St.
Olivenöl	4 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Schnittlauch, frisch	0.5 Bund
Frischkäse, natur	200 g
Sahnemeerrettich	2 TL
Mini Romana	2 St.
Roggenbrot	4 Scheiben

## Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, kleine Auflaufform, Salatschleuder

- 1. Ofen auf 200 °C (Umluft) vorheizen. Knoblauch mit einem Messerrücken platt drücken. Rote Bete trocken tupfen und in Spalten schneiden. Thymian waschen, trocken schütteln und Blättchen von den Stielen zupfen. Zwiebeln halbieren schälen und vierteln.
- 2. In einer Auflaufform alles mit Olivenöl, Salz und Pfeffer vermengen und im Ofen ca. 20 Min. backen.
- 3. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Ringe schneiden. In einer Schüssel Schnittlauch, Frischkäse, Meerrettich, Salz und Pfeffer verrühren. Salat putzen, waschen, trocken schleudern und in Streifen schneiden.
- 4. Auflaufform aus dem Ofen nehmen, leicht abkühlen lassen. Salat in der Auflaufform mit allem vermengen und mit Meerrettichcreme auf Tellern anrichten. Mit Brot servieren.

**Guten Appetit!** 

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	480 kcal
Kohlenhydrate	72 g
Eiweiß	17 g
Ballaststoffe	12 g
Fette	14 g