Rote-Bete-Carpaccio

Zeit gesamt 30min

Zubereitungszeit 30min

Schwierigkeit Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Süßer Senf	1 EL
Olivenöl	4 EL
Balsamicoessig, dunkel	1 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Pflücksalat	50 g
Veganer Hirtengenuss	200 g
Rote Bete, vorgegart	500 g

Zubereitung

Küchenutensilien

kleine Schüssel

1. In einer Schüssel süßen Senf mit 3 EL Olivenöl, Balsamico, Salz und Pfeffer verrühren.

2. Salat waschen und trocken schleudern. Genießer Block würfeln oder mit den Händen zerbröseln. Rote Bete abtropfen lassen und in sehr feine Scheiben hobeln oder schneiden.

3. Die Hälfte des Dressings auf einem Teller verteilen. Rote-Bete-Scheiben flach darauf ausbreiten und mit restlicher Vinaigrette bestreichen. Salat in die Dressing-Schüssel geben und mit 1 EL Olivenöl marinieren. Genießer Block über die Rote Bete streuen, Salat darauf verteilen und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	252 kcal
Kohlenhydrate	18 g
Eiweiß	4 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	18 g