

Rote-Bete-Carpaccio





Zubereitungszeit 30min



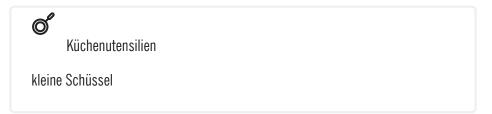


Zutaten

für 4 Portionen

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

Zubereitung



- 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