

BUNTER ROTE BETE-AVOCADO SALAT

BUNTER ROTE BETE-AVOCADO SALAT

Ich esse wirklich selten Abends alleine, aber wenn dann nutze ich es auch aus und mache mir etwas womit ich Bessere Hälfte sonst nicht so sehr begeistern könnte. Dazu zählt so ziemlich alles mit roter Bete. Die ist zwar nicht mehr saisonal, dafür aber sowas von regional - die ist nämlich noch aus meiner Ernte vor dem Winter und war nach dem Backen eingefroren. Dazu gab es Avocado für die Cremigkeit und Schafskäse für eine salzig-würzige Note. Super lecker und ganz schnell gemacht!



Zutaten für 1 Person:

1 Avocado

60g Schafskäse

3 kleinere, gebackene rote Bete Knollen

2 EL Pinienkerne

1 EL Olivenöl

etwas Pfeffer

Zubereitung:

Die rote Bete wurde vor dem Einfrieren geviertelt, mit etwas Olivenöl beträufelt und 35 Minuten bei 180°C gebacken. Nachdem sie etwas abgekühlt war konnte man die Schale ganz leicht abziehen und nachdem sie vollständig abgekühlt war wurde sie eingefroren. Kann ich nur empfehlen - so hat man sie immer schnell zur Hand.

Die rote Bete und die Pinienkerne auf Backpapier in den Backofen legen, auf 150°C stellen und erwärmen. Die Avocado halbieren, den Kern entfernen, die Hälften nochmal längst teilen und die Schale abziehen. Die Avocado in Stücken schneiden und in eine Schale geben. Den Schafskäse klein würfeln und dazu geben. Die warme rote Bete bei Bedarf noch etwas kleiner schneiden und zusammen mit Olivenöl, den Pinienkernen und etwas frisch gemahlenem Pfeffer unter den Salat mengen.

Super lecker!

