

PRESSE-INFORMATION

Rezept: Lauwarme Rote Bete mit Kräuter-Senf-Dressing und provenzalischem Kartoffel-Senf-Knödel



Zutaten ROTE BETE (4 Personen):

300 g Rote Bete (Bio)

2 EL Maille Weißweinessig (Vinaigre de vin blanc)

30 g roter Mangold

Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Die ungeschälte Rote Bete mit einer Bürste gründlich putzen. In 1 Liter Wasser mit Essig und Salz für 20 Minuten kochen. Rote Bete abgießen, etwas herunter kühlen lassen. In dünne Scheiben schneiden. Die Abschnitte der Roten Bete in kleine Würfel schneiden.

2. Scheiben und Würfel nach belieben auf einem Teller anrichten und mit Salz und Pfeffer würzen. Gewaschenen Mangold auf die Rote Bete geben.

Zutaten KRÄUTER-SENF-DRESSING (4 Personen):

1 ½ EL Maille Dijon-Senf mit Kräutern (aux 3 Herbes)

50 ml Orangensaft

50 ml Olivenöl

1 EL Maille Weißweinessig (Vinaigre de vin blanc)

Zucker

Zubereitung:

1. Alle Zutaten in einer Schüssel miteinander verrühren und mit Zucker abschmecken.
2. Dressing in ein kleines Gefäß geben und mit der Roten Bete servieren.

Zutaten KARTOFFEL-KNÖDEL (4 Personen):

250 g Kartoffeln
1 Eigelb
20 g Speisestärke
1 EL Butter
1 EL Maille Dijon-Senf à la Provençale
1 EL Röstzwiebeln
30 g Panko-Mehl
10 g Blattpetersilie
Salz, Muskat

Zubereitung:

1. Senf mit Röstzwiebeln vermengen und 5 Minuten anziehen lassen. Die Senf-Zwiebelmasse zu 4 gleich großen Kugeln formen.
2. Petersilie waschen und gut trockentupfen (Wichtig sonst verklumpt das Paniermehl). Petersilie mit Panko in einen Mixer geben und solange mixen, bis sich das Paniermehl grün färbt. Grünes Paniermehl bis zur Weiterverarbeitung zur Seite stellen.
3. Kartoffeln mit Schale im Salzwasser ca. 15 Minuten zugedeckt garkochen. Kartoffeln abgießen und im vorgeheizten Ofen bei 180°C 3-4 Min. backen (Kartoffeln müssen trocken sein). Kartoffeln pellen und durch die Kartoffelpresse drücken.
4. Eigelb unter die Kartoffelmasse rühren. Speisestärke unterheben und den Teig glattkneten. Butter schmelzen und lauwarm unter den Teig geben. Mit Salz und Muskatnuss abschmecken. Der Kartoffelteig sollte weich und glatt sein.
5. Den Teig in 4 gleich große Teile teilen. Die Teigteile zu kleinen Klößchen formen, mit den Fingern ein kleines Loch in die Mitte der Klöße stechen und die Senf-Zwiebelmasse einfüllen. Salzwasser zum Kochen bringen. Hitze reduzieren, die Klöße hineingeben und für 10 Minuten garziehen lassen. Klöße vorsichtig aus dem Wasser nehmen, gut abtropfen und im grünen Paniermehl wenden.
6. Kartoffelkloß auf die Rote Bete geben und servieren.

Zubereitungszeit: ca. 60 Minuten.

Fotovermerk: KOCHSCHULE.de

