

Rote-Bete-Carpaccio mit Garnelen, Pastinaken-Püree

Für zwei Personen

4 Riesen-Garnelen	200 g vorgegarte Rote Bete	2 große Pastinaken
300 g Feldsalat	1 Schalotte	$\frac{1}{2}$ unbehandelte Orange
50 g Walnüsse	2 TL mittelscharfer Senf	1 TL Sahnemeerrettich
2 TL Honig	1 EL saure Sahne	100 ml Milch
2 EL Himbeeressig	1 Muskatnuss	1 TL Chiliflocken
Olivenöl, Salz, Pfeffer		

Die Pastinaken schälen in feine Scheiben schneiden. Anschließend im kochenden Salzwasser zehn bis 15 Minuten gar kochen. Anschließend das Wasser abgießen und die Pastinaken mit der sauren Sahne, der Milch und dem Sahnemeerrettich pürieren und mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Schalotte abziehen und in einer Pfanne mit etwas Öl glasig anbraten. Die Rote Bete mit einem Gemüsehobel in feine Scheiben reiben. In einer Schüssel einen Teelöffel Senf, einen Teelöffel Honig, etwas Olivenöl, Salz und Pfeffer verrühren. Den Essig hinzugeben und alles verrühren. Die Rote Bete und die Schalotte hinzugeben und ein wenig durchziehen lassen. Die Schale einer halben Orange abreiben. Die Chiliflocken, den Orangenabrieb, den restlichen Senf, den restlichen Honig und etwas Olivenöl vermengen. Die Garnelen von Kopf, Schale und Darm befreien. Anschließend waschen und trocken tupfen. Danach zu der Sauce geben und etwa zehn Minuten durchziehen lassen. Nun die Garnelen in einer heißen Pfanne braten. Den Feldsalat waschen und putzen. Die Rote Bete aus der Honig-Senf-Sauce nehmen. In der restlichen Sauce den Feldsalat marinieren. Die Walnüsse grob hacken. Das Rote-Bete-Carpaccio mit den Garnelen, dem Pastinakenpüree und dem Feldsalat auf Tellern anrichten, mit den Walnüssen garnieren und servieren.

Christina Reichert am 18. März 2014