

Marinierte Rote Bete mit Schafskäse und Blatt-Salat

Für zwei Personen

Für die Vinaigrette:

3 Knollen vorg. Rote-Bete	200 ml Weißweinessig	100 ml Apfelsaft
1 Schalotte	1 EL Dijonsenf	1 EL flüssiger Honig
100 ml Rapsöl	grobes Meersalz	Pfeffer

Für den Schafskäse:

2 Schafskäse à 250 g	50 g Kürbiskerne	50 g Sonnenblumenkerne
200 g Pankobrösel	2 Eier	3 EL Mehl
Rapsöl, zum Anbraten		

Für die Blattsalate:

200 g Rucola	200 g Friséesalat	50 g Rote-Bete-Sprossen
--------------	-------------------	-------------------------

Für die Vinaigrette:

Den Weißweinessig, Apfelsaft, Dijon-Senf, Honig, Salz und Pfeffer in eine Schüssel geben und vermengen. Das Rapsöl unter ständigem Rühren einlaufen lassen, bis die Vinaigrette emulgiert. Die Schalotte abziehen, fein würfeln und zu der Vinaigrette geben.

Die Rote Bete waschen, trocken tupfen, in Scheiben schneiden und mit einem Teil der Vinaigrette marinieren.

Für den Schafskäse:

Die Kürbis- und Sonnenblumenkerne grob hacken mit den Pankobröseln vermengen. Die Eier aufschlagen, in eine Rührschüssel geben und verquirlen. Eine Panierstraße aus Mehl, verquirlten Eiern und Paniermehlmischung bereitstellen. Den Schafskäse in Mehl wenden, durch verquirltes Ei ziehen und mit der Paniermehlmischung panieren. Öl in einer Pfanne erhitzen und den Schafkäse von jeder Seite für ca. 2 Minuten goldbraun ausbacken, herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Blattsalate:

Rucola und Friséesalat waschen, trockenschleudern und fein zupfen. Mit der übrigen Vinaigrette marinieren.

Marinierte Rote Bete mit paniertem Schafskäse und Blattsalat auf Tellern anrichten und servieren.

Tanja Szewczenko am 07. November 2017