

Bunte-Bete mit Apfel-Avocado-Tatar, Kartoffel-Stroh

Für zwei Personen

Für das Tatar:

1 Avocado	1 süßer Apfel	1 Limette, Saft
2 EL gehobelte Haselnüsse	1 TL schwarzer Sesam	50 g Kürbiskerne
Salz	Pfeffer	

Für das Carpaccio:

1 Ringelbete	1 Gelbe Bete	Kürbiskernöl
--------------	--------------	--------------

Für das Süßkartoffelstroh:

1 große gerade Süßkartoffel	Öl
-----------------------------	----

Für das Tatar:

Die Limette halbieren und eine Hälfte auspressen. Avocado halbieren, entkernen, Fruchtfleisch herauslösen und klein schneiden. Apfel mit Hilfe eines Gemüsehobels in kleine Würfel schneiden. Apfel und Avocado mit Salz, Pfeffer, schwarzem Sesam und Limettensaft abschmecken. Haselnusskerne leicht in der Pfanne anrösten, dazugeben und Tatar mit Hilfe eines Servierings auf Tellern anrichten. Kürbiskerne in einer Pfanne anrösten und als Garnitur darüber geben.

Für das Carpaccio:

Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und Ringelbete und Gelbe Bete 18 Minuten garkochen. Anschließend in Eiswasser abschrecken und in feine Scheiben hobeln. Mit Kürbiskernöl bepinseln.

Für das Süßkartoffelstroh:

Öl in der Fritteuse auf 160 Grad vorheizen.

Süßkartoffel begradigen und mit einem Spiralschneider zu dickem Stroh schneiden. Anschließend für ca. 1 Minute goldbraun frittieren.

Kartoffelstroh aus dem Fett nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Tatar auf Teller anrichten. Carpaccio und Kartoffelstroh daneben anrichten und servieren.

Steffan Lesser am 17. Oktober 2023