

Radi-Rote-Bete (Randen)-Salat "Sissi"

Radi-Rote-Bete (Randen)-Salat "Sissi"

Zutaten (für 4 Personen)

Schwierigkeitsgrad: -

Zubereitungszeit: -

Menu: [19.08.2020](#)

Creation: [Willy Rufer](#)

Thema: Schuhbecks neubayerische Küche

Zutaten (für 4 Personen):

Für den Gewürzsesam:

1 TL Fenchelkörner
1 TL weisse Sesamsamen
1 TL ganzer Kümmel
2 TL Puderzucker

Für die Marinade:

1 TL Speisestärke
2 1/2 EL Balsamico bianco
3-4 EL Holunderblütensirup
1 TL Chilisalز
1 TL Zucker
2—3 EL mildes Olivenöl]

Für das Gemüse:

2 Rote Beten (Randen) (vorgegart und vakuumiert)
100 ml Gemüsebrühe
je 1 TL Öl und mildes Olivenöl
mildes Chilisalز
1 Karotte
1/2 Zucchini (längs halbiert)
150 g weißer Rettich

Ausserdem:

1 Laugenstange
12 Scheiben Frühstücksspeck
je 4 Mini-Basilikum- und Minzespitzen

Zubereitung:

1. Für den karamellisierten Gewürzsesam Fenchel- und Sesamsamen sowie Kümmel in einer Pfanne bei milder Hitze erwärmen, mit etwas Puderzucker bestäuben und diesen unter Rühren schmelzen lassen. Noch weitere 2- bis 3-mal Puderzucker darüberstreuen und schmelzen lassen. Die Körner aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen. (Zum Aufbewahren sofort in ein gut schliessbares Gefäss geben, damit der Gewürzsesam trocken bleibt.)

2. Für die Marinade die Speisestärke mit wenig kaltem Wasser glatt rühren. In einem Topf 120 ml Wasser aufkochen, die angerührte Speisestärke dazugeben und alles kurz köcheln lassen, bis es bindet. Vom Herd nehmen, mit Essig, Holunderblütensirup, Chilisalز, Zucker und Olivenöl verrühren, warm halten.

3. Für das Gemüse die Roten Beten in schmale Spalten schneiden. In einem Topf mit 4 EL Brühe leicht erwärmen, vom Herd nehmen, mit Öl und Olivenöl beträufeln und mit Chilisalز würzen. Die Karotte putzen, schälen und schräg in 1/2 cm dicke Scheiben schneiden. Die Zucchini

Radi-Rote-Bete (Randen)-Salat "Sissi"

putzen, waschen und ebenfalls schrag in 1/2 cm dicke Scheiben schneiden. Den weissen Rettich schälen und in schmale Spalten schneiden.

4. Die Karottenscheiben mit der übrigen Brühe in einer Pfanne etwa 8 Minuten dünsten. Die Zucchinischeiben mit dem Rettich hinzufügen und noch etwa 2 Minuten mitdünsten. Das Gemüse abgiessen und mit Chilisalzwürzen, warm halten.

5. Für die Brezenchips den Backofen auf 150 °C vorheizen. Die Laugenstange in dünne, lange Scheiben schneiden, auf einem Backblech verteilen und im Ofen auf der mittleren Schiene etwa 10 Minuten trocknen. Herausnehmen und abkühlen lassen. Inzwischen die Speckscheiben nach und nach bei mittlerer Hitze in einer großen Pfanne ohne Fett auslassen, herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

6. Zum Servieren die Kräuter waschen und trocken tupfen. Das Gemüse auf vorgewärmten Tellern oder in Schalen anrichten. Mit der Marinade beträufeln und mit dem karamellisierten Gewürzsesam bestreuen. Brezen- und Speckchips dazwischenstecken und mit den Kräutern garnieren.