

# Kochen mit Stern | Rote Bete im Salzmantel mit Sauerampfer-Butter

---

---

## Zutaten:

- 1 große Rote Bete (ca. 400 g)
- 2 kg grobes Meersalz
- 2 Eiklar
- 125 g Butter
- ca. 5 Stängel Sauerampfer
- 1 Prise Fleur de Sel
- ein paar Tropfen alter Balsamico-Essig
- ein paar Tropfen kaltgepresstes Olivenöl

## Zubereitung:

Rote Bete waschen, aber nicht schälen.

Meersalz mit 250 ml Wasser und dem Eiklar zu einem Brei vermischen. Auf dem Backblech etwas vom Salzgemisch verteilen, die Rote Bete draufsetzen und vollständig mit dem restlichen Salzbrei bedecken.

Für 2 Stunden bei 140 °C Umluft im vorgeheizten Backofen backen.

125 g Butter im Topf zerlassen. Die Stiele vom Sauerampfer entfernen, die Blätter zu Röllchen drehen und ganz dünn kleinschneiden. Sauerampfer zur Butter geben.

Die Salzkruste mit dem Brotmesser aufsägen und die Rote Bete aus dem Salz herausnehmen. Rote Bete vierteln und aus der Schale lösen. Mit der Sauerampfer-Butter, ein paar Tropfen Olivenöl und Balsamico-Essig beträufeln und 1 Prise Fleur de Sel darüberstreuen.

*Rezept: Vincent Moissonnier*

*Quelle: live nach neun – Kochen mit Stern*