

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 09. Juni 2020** ▪  
**Vorspeise mit Cornelia Poletto**



**Malin Veith**

**Marinierte Rote Bete mit Feldsalat, karamellisierten  
Walnüssen und Rote-Bete-Hummus**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die marinierte Rote Bete:**

- 1 vorgegarte Rote Bete
- 1 Orange
- 50 ml Rotweinessig
- 1 TL flüssiger Honig
- 1 Lorbeerblatt
- 3 Nelken
- 1 TL gemahlener Zimt
- 1 TL gemahlener Koriander
- Salz, aus der Mühle

Die Rote Bete in kleine Würfel schneiden. Orange unter heißem Wasser abspülen, die Schale abreiben, dann halbieren und den Saft auspressen. Einen Sud aus Orangensaft und –abrieb, Koriander, 1 Prise Salz, Zimt, Nelken, Lorbeerblatt, Essig und Honig herstellen und in einem Topf erwärmen. Rote Bete hinzugeben und ziehen lassen.

**Für den Feldsalat:**

- 50 g Feldsalat
- 4 Datteln
- 3 EL Tahinapaste
- 2 Zitronen
- 1 TL Ras El Hanout
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Feldsalat abbrausen und trockenwedeln. Schale der Zitrone abreiben, anschließend halbieren und auspressen. Datteln, Tahinapaste, Ras el Hanout mit einem Schluck Wasser, Zitronenabrieb und Zitronensaft pürieren und mit Salz und Pfeffer würzen. Dressing kurz vor dem Servieren mit Feldsalat vermengen.

**Für das Rote-Bete-Hummus:**

- 1 vorgegarte Rote Bete
- 110 g gekochte Kichererbsen
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zitrone
- 1 EL Tahinapaste
- ½ TL gemahlener Kreuzkümmel
- 3 EL Olivenöl
- Salz, aus der Mühle

Knoblauch abziehen. Rote Bete, Kichererbsen, Knoblauch, Tahinapaste, Kreuzkümmel, Olivenöl und etwas Salz in einen Mixer geben und fein pürieren. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Hummus mit Zitronensaft abschmecken.

**Für die karamellisierten Walnüsse:**

- 50 g Walnüsse
- 40 g Zucker
- 1 Prise Salz

Zucker, Salz, und einen Teelöffel Wasser in einer Pfanne verrühren und unter ständigem Rühren aufkochen lassen. Walnüsse hinzugeben und karamellisieren lassen. Auf ein Backpapier geben und auskühlen lassen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.