

FRÄNKISCHE TAPAS



Fränkischer rote Bete-Salat

Zutaten:

4 rote Beete

60 ml Rotweinessig

125 ml Wasser

1 kleine Zwiebel

1 Lobeerblatt

1 Nelke

1/2 Teelöffel Zucker

Kümmel, Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Die rote Beete in leicht gesalzenen Wasser gar kochen. Anschließend die Rote Beete aus dem Wasser nehmen und etwas abkühlen lassen. Die Haut lässt sich einfach mit den Fingern abreiben. Ich verwende dazu Einweghandschuhe, um die hartnäckige Farbe von den Händen fernzuhalten.

Die Rote Beete nun in dünne Scheiben schneiden und abkühlen lassen.

Die Zwiebel in sehr kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne gut anbraten. Die restlichen Zutaten mit den Zwiebeln in einen Topf geben und 10 Minuten kochen lassen. Die Marinade noch heiß über die rote Beete gießen und wenn möglich einen Tag ziehen lassen.