



- Rezept der Woche -

ROTE BETE-FENCHEL-SALAT

Zutaten für zwei Personen

- 2 Rote Bete (ca. 200 g)
- 2 Fenchelknollen (ca. 200g)
- 3 Frühlingszwiebeln
- 2 EL Walnüsse
- 1 TL Orangenanrieb
- 30 g Fetakäse
- Optional: 1 Handvoll frischer Thymian

Für die Vinaigrette

- 3 EL Oliven- oder Walnussöl
- 1 Orange, Saft und Abrieb
- 1 Stück Ingwer (ca. 2 g), fein gerieben
- 2 EL Balsamico Bianco oder Apfelessig
- 1 TL Senf (möglichst ungesüßt und nur mild oder mittelscharf)
- 1 TL Honig oder Ahornsirup
- Salz und Pfeffer nach Geschmack

Zubereitung

- Rote Bete schälen und Fenchelknolle putzen. Beides zusammen auf einem Küchenhobel oder mit einer Küchenmaschine in feine Scheiben hobeln (je feiner, desto besser kommt der Geschmack zur Geltung!)
- Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden
- Fenchel und Rote Bete mit den Frühlingszwiebeln in einer Salatschüssel vermischen
- Die Zutaten für die Vinaigrette in ein Schraubglas geben, verschließen und kräftig schütteln
- Den Salat mit dem Dressing vermischen und ca. 10 Minuten ziehen lassen
- Die Walnüsse groß hacken
- Mit den Walnüssen, dem zerbröselten Fetakäse, den Orangenresten und dem optionalen Thymian bestreuen und servieren.

Guten Appetit!