



Rucola Salat

mit Roter Bete, Weintrauben, Kapern und Nuss-Honig gratiniertem Ziegenkäse (für 4 Personen)

Zutaten

400 g Rote Bete
200 g Rucola Salat
200 g kernlose Weintrauben (rot und grün)
200 g Ziegenkäse
1 rote Zwiebel,
3 EL Balsamicoessig
1 EL Zitronensaft
2 TL Honig
1 EL Haselnuss oder Walnuss gemahlen
je nach Geschmack
6 EL Olivenöl,
2 EL Kapern (empfehlenswert sind Kapernäpfel,
da diese sich geschmacklich von gewöhnlichen
Kapern abheben)
Salz
Pfeffer aus der Mühle
1 leckeres Baguette



Zubereitung

Die Rote Bete waschen und für etwa 30 Minuten kochen bis sie bissfest ist. Dann schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. Die Zwiebel schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Von den Kapernäpfel den Stiel entfernen und halbieren. Die Weintrauben waschen und halbieren. Abschließend den Rucola Salat waschen und trocken schleudern.

Den Ziegenkäse in dünne Scheiben schneiden, die gemahlene Nüsse darauf streuen, den Honig drüber geben und im Backofen bei 200 Grad Oberhitze gratinieren. Solange überbacken bis der Honig eine goldbraune Farbe bekommen hat.

Die Zutaten für den Salat in eine Schüssel geben, mit Olivenöl, Balsamicoessig, Zitronensaft, Salz und Pfeffer vermengen und abschmecken. Wenn alles soweit passt, den Salat auf vier Teller geben, den Ziegenkäse dazu anrichten und mit dem Baguette den leckeren Salat genießen.

Das Herzblut St. Pauli Küchenteam wünscht einen guten Appetit!

