



Lebendiges Land
Ökologische Produkte

Rezept der Woche KW49 | 2019

Ringel Bete-Nudeln mit Feta

Zutaten

- 500g Ringel Beete
- 500g Nudeln
- 200g Feta
- 350ml Brühe
- 1EL Bratöl
- 1 Zwiebel
- 1-2 Knoblauchzehen
- 2TL Apfelessig
- 3 El Schmand
- Meerrettich
- Salz
- Pfeffer
- Zucker

Zubereitung

Ringel Bete waschen, schälen und in mundgerechte Stücke schneiden.

Die Zwiebel und den Knoblauch würfeln bzw. fein hacken. Öl in einem Topf erhitzen und Zwiebelwürfel darin glasig dünsten.

Danach Knoblauch und Ringel Bete zugeben und kurz mit dünsten. Brühe zugeben und mit Salz, Pfeffer, Zucker und Essig würzen.

Danach zugedeckt ca. 25 Min köcheln lassen bis das Gemüse bissfest ist.

Nudeln in reichlich Salzwasser al dente kochen. Das Ringel Bete-Gemüse mit frisch geriebenem Meerrettich (Menge nach gewünschter scharfe), Schmand und gewürfeltem Feta mischen und abschmecken. Mit den Nudeln servieren und dazu einen frischen Blattsalat reichen.