



Lebendiges Land
Ökologische Produkte

Rezept der Woche KW 03 | 2024

Rote-Bete-Crumble mit Äpfeln

für 4 Portionen

Zutaten

- 600g Rote Bete
- 3 EL Essig
- 2 Äpfel
- 80g Mehl
- 50g frisch geriebener Parmesan
- 1 TL Oregano
- 75g kalte Butter
- etwas Salz & Pfeffer

Zubereitung

Die Roten Beten gründlich waschen, Stiel- und Wurzelansätze abschneiden und die Knollen in kochendem Salzwasser je nach Größe in 45-60 Min. nicht zu weich kochen. Das Kochwasser abgießen und die Roten Beten kalt abschrecken, die Schale abziehen und die Knollen in schmale Spalten schneiden (dabei am besten Einweghandschuhe tragen). In einer Schüssel mit dem Essig mischen. Während die Roten Beten garen, die Äpfel schälen und vierteln, die Kerngehäuse herausschneiden und die Apfelviertel in schmale Spalten schneiden. Mehl, Parmesan und Majoran in einer Schüssel mischen und mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Die Butter in Flöckchen dazugeben und alles zwischen beiden Händen zu Bröseln zerreiben. Die Brösel bis zur Weiterverwendung kühl stellen. Den Backofen auf 200° vorheizen. Eine große ofenfeste Form mit Butter einfetten. Rote Beten und Apfelspalten mischen, salzen, pfeffern und in die Form geben. Die Brösel darüberstreuen und den Crumble im heißen Ofen (Mitte, Umluft 180°) ca. 25 Min. backen, bis die Streusel schön gebräunt sind. Kurz abkühlen lassen und servieren.