

Winterlicher rote Beetesalat mit Birnen-Selleriekompott



Zutaten:

Für 4 Personen:

- 2 rote Beeten
- 100 g Sellerie
- 1 Birne
- 200 ml Apfelsaft
- 1 rote Zwiebel
- 6 EL Essig (z.B. Apfelessig)
- 4 EL Öl (z.B. Walnussöl)
- Salz, Pfeffer
- 2 TL Zucker
- Wer möchte: Etwas Rosmarin, fein geschnitten
- Nach Belieben: Fein geschnittene Petersilie



Zubereitung

Die roten Beeten schälen. Tipp: Handschuhe tragen!

Dann mit dem Sparschäler von der rohen, roten Beete dünne Späne abziehen. Alle Späne in einer Salatschüssel sammeln und leicht salzen.

Die Sellerieknolle schälen und in 1 cm große Würfel schneiden. Die Birne entkernen und ebenfalls in 1 cm große Würfel schneiden.

In einem Topf 200 ml Apfelsaft mit 6 EL Essig, ½ TL Salz, 2 TL Zucker und Rosmarin aufkochen. Sellerie- und Birnenwürfel hinzugeben und 5 Minuten kochen lassen. Danach zu der roten Beete geben und 15 Minuten marinieren lassen.

Die Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Zur roten Beete geben. Den Salat mit Salz, Pfeffer, Öl und etwas Essig abschmecken. Zum Servieren mit Petersilie bestreuen.