

Rote Bete-Aufstrich



Zutaten:

Rote Bete aus deiner Gemüsebox
1 kleine Zwiebel
2 EL Olivenöl/Sonnenblumenöl/Rapsöl
2 EL Sonnenblumenkerne/Kürbiskerne
1 EL Fruchlessig
1 EL Zitronensaft
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Den Backofen auf 175°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Rote Bete und Zwiebel klein würfeln, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech verteilen und Olivenöl darüber geben. Für circa 45 Minuten auf mittlerer Schiene backen. Anschließend Zwiebel und Rote Bete abkühlen lassen und zusammen mit Sonnenblumenkernen, Apfelessig und Zitronensaft pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf frischem Brot oder Knäckebrötchen genießen. Er hält sich auch mehrere Tage im Kühlschrank frisch, lässt sich wahlweise mit geriebenem Meerrettich verfeinern und kann sowohl Frühstück als auch Grillabend bereichern!