

# KÜCHEN-HANSEN



Die Marke des Nordens!



## AEG-Dampfgarerer Rezepte

Rezept für 2 Personen

### Ofengeschmorte Rote Bete

Eine perfekte Beilage zu Fisch, besonders zu Matjes.

#### Vorbereitung und Zubereitung:

1. Die Rote Bete waschen und mit Thymian, Rosmarin, Lorbeer, Olivenöl, Piment, Pfeffer, Wacholder und etwas Salz in Alufolie einschlagen.
2. Die eingeschlagene Rote Bete auf einem Blech auf der Einschubebene 2 im Programm „Heißluft mit Ringheizkörper“ zuerst bei 220 °C eine halbe Stunde und anschließend 4 Stunden bei 150 °C garen.

#### Anrichten

Rote Bete am Tisch auspacken, halbieren und den schmackhaften Inhalt mit einem Löffel herausheben. Dieses Gericht kann sowohl warm als auch kalt serviert werden.

perfekt in form und funktion



#### Zutaten:

ca. 400 g Rote Bete, groß  
1 TL Salz  
1 Zweig Thymian  
1 Zweig Rosmarin  
1 Lorbeerblatt  
3 Körner Piment  
2 EL Olivenöl  
Fleur de Sel  
Pfeffer, Wacholder

#### Informationen:

Schwierigkeit: leicht  
Zeit: 30 / 180-240 Minuten  
Temperatur: 220 / 150 °C  
Programm: Heißluft mit Ringheizkörper  
Einschubhöhe: 2 (mittel)

#### Geheimtipp des Küchenchefs

Zu diesem Rote-Bete-Gericht passen klassische Matjesfilets. Sie harmonisieren nicht nur geschmacklich, sondern auch optisch perfekt.

Filiale

**24963 Tarp**

Bahnhofstraße 2a • Tel. 0 46 38 / 76 08

Firmensitz - Inhaber: Maik Hansen

**25821 Bredstedt**

Osterstraße 29 • Tel. 0 46 71 / 93 00 89