Rote-Bete-Salat

Kategorie: Salate - Aufwand: gering - Preis: gering - für Gruppen: ja - vegetarisch: ja

350 g	Rote Bete
180 g	Äpfel (feste, säuerliche, z.B. Elstar)
40,0 g	Zwiebeln
2,0 EL	Balsamico-Essig bianco
1,0 EL	Olivenöl
1,0 EL	Zucker
	Salz & Pfeffer

(Angaben für 3 Personen)



Rote Bete ist äußerst vitaminreich und bringt knallige Farbe auf den Tisch. Beim Schälen empfielt es sich, Handschuhe zu tragen, wenn man nicht so gerne mit gefärbten Händen herumläuft. Mit Hilfe einer Küchenmaschine ist dieser Salat auch in großen Mengen schnell zubereitet.
Lecker schmeckt er auch in Kombination mit Feldsalat.

Zubereitung

Die Rote Bete schälen und in Viertel teilen. Die Äpfel waschen, vierteln und entkernen. Die Zwiebel schälen und ebenfalls vierteln. Alles mit Hilfe einer Küchenmaschine (oder mit der Reibe) fein reiben. Essig, Öl, Zucker, Salz und Pfeffer zu einer Marinade verühren und unter den Salat mengen.