



## Bunte-Bete-Carpaccio

### Zitronig frisch

600 g Rote Bete, Gelbe Bete und Chioggia-Rüben  
 1 Granny Smith-Apfel  
 1 Zitrone, Schale und Saft  
 4 EL Olivenöl  
 3 TL körniger Senf  
 Salz · Pfeffer  
 3 EL Agavendicksaft  
 100 g Ziegenfrischkäse  
 1 Kästchen Kresse

- ❶ Beeten und Rüben schälen und in feine Scheiben hobeln (Rote Bete zum Schluss, damit nicht alles rot verfärbt). Scheiben auf einem Teller ausbreiten.
- ❷ Apfel fein würfeln. Mit Zitronensaft und -schale mischen.
- ❸ Aus Olivenöl, Senf, Salz, Pfeffer und Agavendicksaft ein Dressing rühren. Apfelwürfel untermischen. Über das Carpaccio geben, 5 Min. ziehen lassen.

❹ Ziegenkäse zerpfücken und darauf verteilen. Mit Kresse garniert servieren.

**Tipp: Das Carpaccio kann vorbereitet werden, dafür die Beten und Rüben zudecken. Dressing erst kurz vorm Servieren darüber gießen, sonst verfärbt sich alles rot.**

☆ Leicht | 4 Portionen

🕒 Zubereitungszeit: 20 Min.

🍷 Pro Portion: 295 kcal; 6 g E, 16 g F, 28 g KH