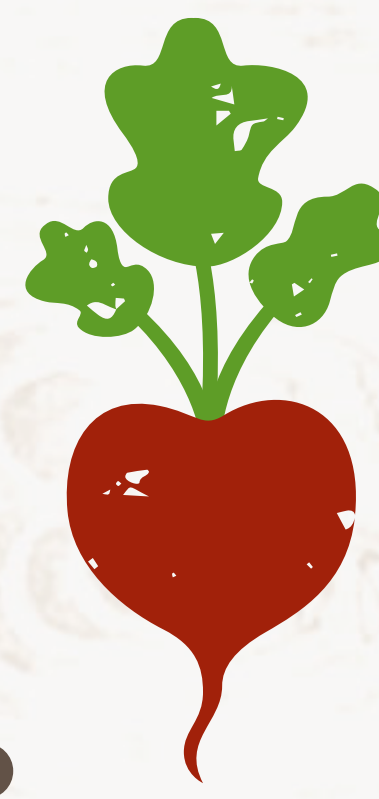




GemüseLiebe

Vom Beet in die Kiste



ROTE BETE GRATIN

ZUTATEN

2-3 Rote Bete mit Grüne

3 Große Geschälte Kartoffeln

2 Rote Zwiebeln

1-2 Gehackte Knoblauchzehen

Den saft von einer halben Zitrone

1 Handvoll Bohnenkraut

2 EL Speisestärke

2 Packung Sojasahne (500mL)

1 Packung Streukäse

Oder

1 Packung vegane Feta

Muskatnuss

Salz

Pfeffer

Butter

Zubereitung

ein Auflaufform mit einer guten Menge Butter einstreichen. Als unterer schicht bentutze die Grüne von den Roten Beten.

Rote Bete, Kartoffeln und Zwiebeln in dünne Scheiben schneiden und in die Auflaufform geben. Das Gemüse mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und mischen.

Stärke mit etwas Wasser in einen Messbecher geben, verrühren, bis keine Klumpen mehr vorhanden sind, und dann Sahne und Bohnenkraut hinzufügen.

Sahnemischung in Auflaufform und die form in auf 200 Grad vorgeheizten Backofen stellen.

25-35 Minuten Backen , je nachdem, wie dick das Gemüse geschnitten ist.

Form herausnehmen, Käse hinzufügen, weitere 5 Minuten backen. Fertig!

Guten Appetit!

