

ROTE-BETE-DIP



Um das Bild zu machen, musste ich mich beeilen, bevor alles aufgegessen wurde.

Rote-Bete im Ofen gebacken. Sie schmeckt anders als die fertig vakuumiert gekaufte Ware oder auch als die im Wasser gekochte.

Zu diesem Dip (oder Püree) passt Fladenbrot sehr gut. Mit Kartoffelpüree gemischt eignet er sich auch hervorragend als Beilage zu Fisch oder Fleisch.

Die Farbe ist überwältigend. Und die Kombination mit Ziegenkäse eine große kulinarische Überraschung.

Ein kleiner Tipp: zum Schälen und Schneiden der Knollen am besten Gummihandschuhe anziehen, um ein Einfärben der Hände zu vermeiden. Falls keine Handschuhe zur Hand sind, einfach so schälen und die Hände anschließend mit etwas Zitronensaft einreiben und abwaschen.

Und hier das Rezept:

900 g mittelgroße Rote-Bete-Knollen, 2 Knoblauchzehen ganz fein gehackt, 1 kleine rote Chilischote, von den Samen befreit und ebenso fein gehackt, 250 g griechischer Joghurt, 1 ½ EL Dattelsirup oder Datteln in etwas Wasser eingeweicht und püriert, 3 EL sehr gutes Olivenöl sowie Olivenöl zum Beträufeln, 1 EL Za'atar*, Salz, 1 Paar Gummihandschuhe

Zum Garnieren: 2 Frühlingszwiebeln, in feine Ringe geschnitten, 30 g Haselnusskerne, geröstet und grob gehackt, 100 g Ziegenkäse, zerkrümelt

Den Backofen auf 200°C vorheizen.

Am besten verwendet man gleich große Rote-Bete-Knollen. Die Knollen waschen und ungeschält auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech oder in eine ofenfeste Form legen. Ohne Deckel etwa 1 Stunde im Backofen garen, bis sich ein Messer mühelos hineinstecken lässt. Etwas abkühlen lassen, schälen, sechsteln und vollständig erkalten lassen. Rote Bete mit Knoblauch, Chili und Joghurt in der Küchenmaschine zu einem glatten Püree verarbeiten. In eine große Schüssel füllen, Dattelsirup, Öl, Za'atar sowie 1 Teelöffel Salz unterrühren und abschmecken. Das Püree in eine Servierschale füllen und mit einem Löffelrücken glattstreichen. Mit Frühlingszwiebeln, Haselnüssen und Käse bestreuen, mit etwas Olivenöl beträufeln und zimmerwarm servieren.

* Za'atar laut Ottolenghi: Das Kraut gehört zur selben Aromafamilie wie Oregano, Majoran, Salbei oder Thymian und hat doch einen ganz eigenen Charakter. Za'atar riecht herb, beinahe beißend, ist unverzichtbare Zutat der palästinensischen Küche. Seit Jahrtausenden wird diese ausdauernde Pflanze, die wir unter dem Namen Ysop kennen, überall in Palästina gepflückt. Die meisten kennen Za'atar jedoch als Gewürzmischung, die aus gemahlenen Za'atar-Blättern oder getrocknetem Thymian oder Oregano, gemahlenem Sumach, geröstetem Sesam und etwas Salz besteht.