

Bohnen-Rote-Bete-Salat



Zutaten:

- 0,8 junge Rote Bete
- Salz
- 5 EL Rotweinessig
- 400 g grüne Bohnen
- 2 Handvoll Rucola
- 3 Stiele Thymian
- 4 EL Rapsöl
- 1 TL flüssiger Honig
- Pfeffer aus der Mühle
- 200 g Schafskäse

Zubereitung:

Die Rote Bete waschen, schälen, putzen und dabei etwas Grün stehen lassen. Die Knollen vierteln und in Salzwasser mit 2 EL Essig ca. 15 Minuten gar köcheln.

Die Bohnen waschen, putzen und ebenfalls in Salzwasser ca. 8 Minuten blanchieren.

Den Rucola waschen, putzen, trockenschleudern und nach Bedarf kleiner zupfen.

Für das Dressing den übrigen Essig mit dem abgezupften Thymian, dem Öl, Honig, Salz und Pfeffer verrühren.

Die Rote Bete und die Bohnen abgießen und unter das Dressing mischen. Lauwarm abkühlen lassen.

Den Feta zerbröckeln und mit dem Rucola unter den Salat mengen. Abschmecken und servieren.