

Rote Bete mit Kartoffelstampf und Zwiebeln

Zutaten für 4 Portionen:

500g Zwiebeln – 120g Butter – Apfelsaft – 1kg Rote Bete – 1 kg Kartoffeln – Salz – 20g Kapern – 2 TL getrockneter Thymian – 2 EL Sahne – Pfeffer – Muskatnuss

Zubereitung:

- Rote Bete in Salzwasser garen (je nach Größe dauert das auch schon mal 40 – 60 Minuten oder auch noch länger... also genug Zeit einplanen!)
- Kartoffeln waschen, schälen und ebenfalls in Salzwasser garen
- Zwiebeln schälen, halbieren und in Ringe schneiden
- 100g Butter in einer Pfanne zerlassen und die Zwiebeln darin unter Rühren dünsten bis sie Farbe bekommen. Mit etwas Apfelsaft ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen. Zwiebeln aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen, das restliche Fett in der Pfanne verwahren
- Kapern hacken
- Die Rote Bete abgießen und in kaltem Wasser etwas abkühlen lassen. Dann pellen und in Würfel schneiden
- Die Pfanne mit der verbliebenen Butter erneut erhitzen und darin die Rote Bete mit Kapern und Thymian kurz anbraten
- Kartoffeln abgießen, dabei noch etwas Kochwasser im Topf lassen (der Boden sollte gerade bedeckt sein). Mit der Sahne und der restlichen Butter zerstampfen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen
- Den Kartoffelstampf und die Rote Bete auf den Tellern anrichten und mit den Zwiebeln bestreut servieren

Wir wünschen guten Appetit!

