

Gebackene Rote Bete mit Schafskäse

Rote Bete, rote Zwiebeln, Feta. Zusammen verschmelzen die drei Komponenten zu einem kulinarischen Gedicht. Ich serviere es am liebsten als warmen Salat und bette das Gemüse auf Rucola. So harmonisiert die Süße der gebackenen roten Bete und Zwiebeln optimal mit den leichten Bitteraromen. Das Ergebnis: Eine elegante Vorspeise, die durchaus auch als raffinierte Hauptspeise gereicht werden kann.



Gebackene Rote Bete mit Schafskäse | Foto: Linda Katharina Klein

Zutaten (2 Portionen oder 4 Vorspeisen-Salate): 750 Gramm frische Rote Bete | 250 Gramm rote Zwiebeln | 7 Esslöffel Olivenöl | 125 Gramm Rucola | 150 Gramm (veganen) Feta | 3 Esslöffel hellen Balsamico | 1 Teelöffel Salz | 0,5 Teelöffel Pfeffer | 2 Esslöffel Agavendicksaft oder Honig



Gebackene Rote Bete mit Schafskäse | Foto: Linda Katharina Klein

Zubereitung (35 Minuten): 1. Ofen auf 180 Grad vorheizen. 2. Rote Bete schälen und in circa ein Zentimeter dicke Scheiben schneiden und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben. 4. Rote Zwiebeln schälen, vierteln und ebenfalls auf Blech geben. 5. Rote Bete und rote Zwiebeln mit vier Esslöffeln Olivenöl beträufeln und circa 25 Minuten backen. 6. Währenddessen den Rucola waschen und gründlich trocknen. 7. Auf drei Esslöffeln Olivenöl, Balsamico, Salz, Pfeffer und Agavendicksaft oder Honig ein Dressing anrühren. 8. Sobald das Ofengemüse fertig gebacken ist, den Salat mit dem Dressing vermengen und auf die Teller verteilen. 9. Rote Bete und rote Zwiebeln darauf schichten. 10. Feta mit den Händen (oder mit Hilfe einer Gabel) zerbröseln und auf die Bete geben. 11. Noch warm servieren.

Dazu passt hervorragend: [Röstbrot](#)! Jetzt noch mehr [Rezepte mit Roter Beete](#), weitere [raffinierte Salate](#) und mehr [Rezepte mit Feta](#) entdecken!

Nährwerte/Portion: 739 Kalorien | 47,3 Gramm Fett | 51,8 Gramm Kohlenhydrate | 21,4 Gramm Eiweiß