

Gelbe Bete aus dem Ofen mit Kartoffelsud

Zutaten für die Bete (für 4 Personen):

- 4 Gelbe Bete
- grobes Meersalz
- 40 g Butter

Ein Backblech mit Backpapier auslegen und mit dem groben Meersalz bestreuen. Die Gelbe Bete im Ganzen darauflegen und bei 170 Grad (Ober-/Unterhitze) 40-45 Minuten im Ofen backen. Kurz auskühlen lassen, schälen und in Scheiben schneiden. Butter in einem Topf zerlassen, die Bete darin kurz erwärmen und zu einer Rose formen.

Zutaten für den Kartoffelsud:

- 1 Schalotte
- 50 g Butter
- 175 g Kartoffeln
- Salz
- Pfeffer
- Muskat
- 5 Körner Piment
- 2 Zweige Thymian
- 1 angedrückte Knoblauchzehe
- 2 Lorbeerblätter
- 60 ml trockener Weißwein
- 30 ml weißer Portwein
- 1 TL fein geschnittener Schnittlauch

Die Schalotte schälen und fein schneiden. Die Butter in einem Topf erwärmen und die Schalotte darin anschwitzen. Die Kartoffeln schälen, klein schneiden und dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und etwas Muskatnuss würzen. Thymian, Knoblauch, Lorbeerblätter und Pimentkörner hinzufügen. Mit Weißwein und Portwein ablöschen und kurz reduzieren. Mit 500 ml Wasser auffüllen und köcheln lassen. Dabei immer wieder mit einem Schneebesen rühren und die Kartoffeln zerdrücken, damit sie den Fond binden. Wenn die Kartoffeln gar und der Fond gebunden ist, den Sud durch ein feines Sieb passieren. Abschmecken und den Schnittlauch hineingeben.

Zutaten für das Dill-Öl:

- 2 Bund Dill
- 200 ml Rapsöl
- Salz

Den Dill grob schneiden und mit 1 Prise Salz in einen Mixer geben. Das Öl leicht erwärmen und hinzufügen. Auf höchster Stufe 5 Minuten mixen, bis ein feines Öl entstanden ist. 1 Stunde ziehen lassen, durch ein feines Sieb geben und in eine verschließbare Flasche füllen.

Zutaten für den Grünkohl:

- 80 g junger Grünkohl
- 100 ml Rapsöl
- Salz

Das Rapsöl in einer Pfanne erhitzen (circa 160 Grad, mit einem Fleischthermometer überprüfen). Das Öl darf nicht zu heiß werden. Den Grünkohl zupfen, in das Öl geben und kurz frittieren. Die Blätter mit einer Schaumkelle herausnehmen, auf einem Tuch abtropfen lassen und salzen.

Anrichten:

· 0.25 Stange frischer Meerrettich

Die gelbe Bete in die Mitte der Teller oder Schalen legen und den Kartoffelsud rundherum angießen. Den Meerrettich schälen und frisch über die Bete hobeln. Mit Dill-Öl und frittiertem Grünkohl garnieren.

Sendung/Quelle: Mein Nachmittag

Sendetermin: 09.01.2020

Koch/Köchin: Volker Fuhrwerk

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen