2B Vegetarisch

Rote-Bete-Salat mit Ziegenkäse und Vinaigrette

Zubereitungszeit
20 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

1. Die Vinaigrette zubereiten, indem Olivenöl, Senf, Essig, Zitronensaft sowie etwas Pfeffer und Salz gut miteinander vermischt werden. Die Vinaigrette mit den Roten Beten mischen und ca. 5-10 Minuten marinieren lassen. Den Rucola auf einem Teller verteilen und mit den Roten Beten, Ziegenkäse und Walnüssen vermischen.

Zutaten

- [ ] 90-100 g frischer Ziegenkäse
- [ ] 200 g gekochte Rote Beten in Stücken
- [ ] Handvoll Rucola
- [ ] 5 Walnüsse, fein gehackt
- [ ] 1½ EL Olivenöl
- [ ] ¼ TL Senf
- [ ] ½ TL Zitronensaft
- [ ] ¼ TL Essig
- [ ] Pfeffer
- [ ] Salz

Nährwerte pro Person

Energie	**494 kcal**
Kohlenhydrate	**11 g**
Fett	**40 g**
Eiweiß	**17 g**