

## Informationen zur Sendung vom 16.04.2024

### Rote-Bete-Pastete

Von Ulla Scholz

#### Zutaten für 6 Portionen (kleine Kastenform)

600 g geschälte rote Bete  
2 – 3 Äpfel  
3 – 4 EL Kartoffelstärke  
½ Zitrone  
Salz  
Pfeffer

##### **Meerrettichsahne**

200 ml Sahne  
2 EL Meerrettich (natur)  
½ Zitrone  
Salz

##### **Haselnusssauce**

1 – 2 EL Haselnussmus  
1 – 2 EL Pflanzenöl  
Salz  
Pfeffer

##### **Außerdem**

Frische Kräuter z.B. Dill, Schnittlauch oder Petersilie  
1 Bund Radieschen  
100 g geröstete Haselnüsse

#### Zubereitung

Die rote Bete mit Schale circa eine Stunde kochen. Das Gemüse vollständig abkühlen lassen, schälen und in dünne Scheiben reiben.

Die Äpfel waschen, in dünne Scheiben hobeln und mit etwas Zitronensaft beträufeln.

Eine rechteckige Form – am besten aus Porzellan – mit Backpapier auskleiden oder gut einölen.

Die Kartoffelstärke mit Salz und Pfeffer würzen, dann vermischen.

Den Boden der Form – dachziegelartig – mit einer Lage rote Bete auslegen. Nun die Oberfläche dünn mit gewürztem Kartoffelmehl bestäuben und eine Lage Apfelscheiben auftragen. So weitermachen, bis die Form gefüllt ist. Das Backpapier übereinanderschlagen oder alles mit einem Deckel verschließen.

Die Pastete in einen passenden Bräter stellen und so viel Wasser angießen, dass die Form bis zur Hälfte im Wasser steht. In den Ofen geben und bei 180 Grad circa 60 Minuten garen.

Für den Sahnemeerrettich die Sahne schlagen. Den Meerrettich mit dem Saft einer halben Zitrone verrühren und salzen. Nach und nach die Sahne unterheben und die Sauce kaltstellen.

Für die Nusssauce das Haselnussmus mit etwas Öl glattrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Nach der Backzeit die Pastete auskühlen lassen und 2 – 3 Stunden kaltstellen. Mit einem sehr scharfen Messer in Portionen schneiden.

Die Radieschen putzen, waschen und in feine Streifen reiben.

## Informationen zur Sendung vom 16.04.2024

### Rote-Bete-Pastete

Von Ulla Scholz

#### Anrichten

Auf jeden Teller eine Rote-Bete-Pastete platzieren und nach Gusto mit Sahnemeerrettich oder Nusssauce verfeinern. In die Nusssauce einige geröstete Haselnüsse legen und mit Kräutern garnieren.

#### Ullas Küchentipps

##### Meerrettich

Für den Sahnemeerrettich verwende ich – wenn ich auf eine Konserve zurückgreife – immer eine Sorte, die möglichst naturbelassen ist. Zum einen gibt es hier weniger Zusatzstoffe, zum anderen kann man Schärfe und Geschmack selbst steuern. Geschlagene Sahne und Zitronensaft machen die Sauce schön luftig und frisch.

##### Wenn Kartoffelstärke die Eier ersetzt

In der Regel werden die dünnen Gemüse- oder Obstscheiben mit einer dünnen Pfannkuchenmasse zubereitet, die schichtweise aufgetragen wird. Die Kartoffelstärke – man kann auch Reisstärke verwenden – klebt die einzelnen Lagen perfekt zusammen. Damit die Schichten wirklich gut aneinander haften, ist es ratsam, immer nur eine Lage aufzutragen und diese jeweils dünn mit Stärke zu bestäuben. Das macht viel Arbeit – lohnt sich aber. So lässt sich die Rote-Bete-Pastete, wenn sie kalt ist und serviert werden soll, viel besser schneiden.

##### Variationen

In der Grundzubereitung – mit einer Nusssauce – ist das Rezept auch für Veganer geeignet.

Wer gerne Fisch isst, könnte noch einige Scheiben Räucherlachs, Forellenfilets oder marinierte Crevetten anlegen.

Die Rote-Bete-Pastete ist als kalte Vorspeise gedacht. Mit zwei dickeren Scheiben und einem Salatbouquet wird sie zu einem leichten Hauptgericht.

Im Hinblick auf Feiertage, Feste oder Gartenpartys lassen sich Rote-Bete-Pasteten für viele Personen sehr gut am Vortag vorbereiten. Das Gericht ist als Vorspeise im Menü schnell angerichtet und als Element auf einem Partybuffet immer ein Hingucker.

**Gutes Gelingen und viel Vergnügen wünscht Ihnen Ulla Scholz!**