

A A A A A A A A A A A A A A A A A A A	
The same of the sa	Com
AMILIA	
	60 A
100	
and the same of	
The state of the s	
*	
COCCOCIONAL PROPERTICIONES	© Rosemarie Haider

Dauer: Schnell
Kategorie: Vorspeisen und Salate Vegetarisch
Saison: Herbst Winter
Für: 4 Personen
Verfasst von: Rosemarie Haider

Zutaten

250 G	gekochte und geschälte Rote Rüben
3	Essiggurkerl
	einige Kapern
1	Apfel
1	roter Zwiebel
1 EL	Essig
1 EL	Zitronensaft
• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	

etwas gehackte Petersilie

•••••	
3 EL	Sauerrahm
	Salz
	etwas Ingwer
	Pfeffer

Zubereitung

- 1. Die Rote Rüben, Äpfel und Kapern klein würfeln.
- 2. Mit allen anderen Zutaten gut vermischen, würzig abschmecken und etwas ziehen lassen.
- 3. Auf einen Teller kleine runde Metallringe (Keksausstecher) legen und mit den marinierten roten Rüben befüllen.
- 4. Danach kaltstellen und vor dem Servieren den Ring vorsichtig entfernen.

Dazu passen sehr gut ein Vollkornbaguette mit Krentopfen oder Räucherforelle.