

# Rote-Bete-Traum mit Scampi und Grünkohl

**Für zwei Personen**

**Für den Rote-Bete-Traum:**

250 g Rote-Bete, vorgegart	1 Zwiebel	1 Zehe Knoblauch
50 g Butter	400 ml Kokosmilch	250 ml Sahne
2 TL Honig	300 ml Gemüfefond	1 Zweig Minze
Salz	Pfeffer	

**Für den Grünkohl:**

4 Blätter Grünkohl	2 Schalotten	2 Tomaten
1 EL Pommery Senf	1 EL Löwensenf	1 EL Tafelsenf
1 Bund Schnittlauch	$\frac{1}{2}$ EL weißer Balsamico	$\frac{1}{2}$ EL Crema-di-Balsamico
2 EL Olivenöl		

**Für die Garnelen:**

12 Garnelen	1 Schalotte	3 Zehen Knoblauch
Olivenöl		

Für die Rote Bete, Zwiebeln und Knoblauch abziehen und in einer Pfanne mit Butter dünsten, Honig dazu geben und anschließend mit dem Fond ablöschen. Fünf Minuten ziehen lassen. Die Rote Bete klein würfeln und kurz in kochendes Wasser geben. Das Wasser abgießen und mittels des Pürierstabs pürieren und im Topf dünsten. Den Fond und die restlichen Zutaten aus der Pfanne dazugeben. Anschließend Kokosmilch dazugeben. Nochmals mit dem Pürierstab pürieren, bis eine geschmeidige Konsistenz erreicht ist. Kurz vor dem Servieren geschlagene Sahne darunterheben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Grünkohl die Senfsorten in einer Schüssel mit weißem Balsamico und Crema di Balsamico vermengen. Den Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und untermengen.

Die Tomaten mit einem Messer am Strunk kreuzförmig einritzen und in einem Topf mit siedendem Wasser blanchieren. Anschließend halbieren, häuten, Kerne herausschneiden und würfeln. Eine Schalotten abziehen, klein würfeln und hinzugeben. Alles mit Olivenöl vermengen.

Grünkohl in einem Topf mit siedendem Wasser blanchieren, in einer Schüssel mit Eiswasser abschrecken und anschließend in dünne Streifen schneiden.

Für die Garnelen den Knoblauch und eine Schalotte abziehen und klein würfeln. Zusammen mit Scampi in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten.

Auf einem länglichen Teller ein Bett aus dem Grünkohl anrichten, die Tomaten und Garnelen darauf legen und die Vinaigrette drüber träufeln. In eine kleine Suppenschale die Suppe füllen, mit einer Minze dekorieren und auf den länglichen Teller stellen.

Yared Dibaba am 15. November 2016