

Rote-Bete-Salat mit Birnen und gegrilltem Pulpo

Für vier Personen

Für die Rote Bete:

50 ml Wasser	1 EL weißer Balsamico	1 EL Holunderblütensirup
1 EL mildes Olivenöl	Chilisalز	Zucker
2 Rote Bete, fertig	$\frac{1}{2}$ reife Birne	Puderzucker, Butter

Für den Pulpo:

150 g vorgek., kalter Pulpo	$\frac{1}{2}$ TL Öl	1 Knoblauchzehe
1 EL mildes Olivenöl	1 TL Limettensaft	Limettenabrieb
Mildes Chilisalز	1 TL weißer Sesam, geröstet	1 TL schwarzer Sesam

Rote-Bete-Blätter

Für die Rote Bete:

Für die Marinade Wasser, Balsamico, Holunderblütensirup, Zucker und Olivenöl verrühren. Mit Chilisalز würzen und in eine Auflaufform geben. Die Rote Bete in Würfel, Scheiben oder Spalten schneiden und in die Marinade legen. Mindestens 10 Minuten ziehen lassen und nach Bedarf nachwürzen.

Die Birne waschen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und die Birnenviertel in Spalten oder Würfel schneiden. Nach Belieben etwas ankaramellisieren.

Für den Pulpo:

Den Pulpo in größere Stücke und die Knoblauchzehe in Scheiben schneiden. Eine Grillpfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, das Öl mit einem Pinsel in der Pfanne verstreichen. Den Pulpo mit Knoblauch darin ein paar Minuten anbraten.

Den weißen und schwarzen Sesam anrösten. Das Olivenöl, den Limettensaft, Limettenabrieb und Chilisalز dazugeben. Die Pulpostücke darin marinieren.

Zum Anrichten die Rote Bete abtropfen lassen, auf Vorspeisetellern verteilen, mit Birnen belegen und die Pulpostücke darauf anrichten. Mit den Rote-Bete-Blättern dekorieren.

Alfons Schuhbeck am 10. Juni 2017