

Geräucherte Rote Beten mit Steak und Frischkäse-Dressing

 happy-mahlzeit.com/2019/12/30/gerauecherte-rote-beten-mit-steak-und-frischkaese-dressing/

Zutaten für 2 Personen:

- 8 kleine Rote Beten
- 1 kleines Bund frischer Rosmarin
- 1 kleines Bund frischer Estragon oder Basilikum
- 1 kleines Bund glatte Petersilie
- 4 Filetsteaks à 100g
- 1 EL Rotwein-Essig
- natives Olivenöl extra
- Meersalz
- Pfeffer

Für das Dressing:

- 4 gehäufte EL körniger Frischkäse
- 1 Zitrone, unbehandelt
- einige Zweige frischer Thymian
- natives Olivenöl extra

Zubereitung:

Zuerst den Holzkohlgrill vorbereiten.

Von den Roten Beten die Stiele entfernen und auf ein doppelt gelegtes Stück Alufolie von ca. 30cm Kantenlänge legen. Die Rosmarinzweige darüber verteilen. Die Folienränder über den Knollen zusammenführen und zum Verschließen ineinanderfalten. Die Seiten nach innen einschlagen. Die Folie mit einem spitzen Messer mehrmals einstechen, damit der Rauch eindringen und die Roten Beten aromatisieren kann. Den Rost vom Grill nehmen, das Bete-Paket vorsichtig in die Glut legen und mit einigen Kohlestücke bedecken. Die Rote Beten 30 - 40 Minuten backen, bis sie weich sind. Dann etwas abkühlen lassen und aus der Folie wickeln. Die Rosmarinzweige entfernen.

Man kann die Rote Bete auch im Backofen bei 200°C ca. 1 1/2 Stunden zubereiten, dann fehlt allerdings der Rauchgeschmack.

Die etwas abgekühlten Bete-Knollen schälen und die verkohlte Haut wegwerfen. Die Beten in Stücke schneiden und in eine Schüssel geben. Den Essig, 3 EL Olivenöl, reichlich Salz und Pfeffer und die Hälfte der grob gehackten Petersilienblätter sowie des grob gehackten Estragons hinzufügen. Alles gut vermengen, abschmecken und eventuell nachwürzen.

Für das Dressing den Frischkäse in einer Schüssel mit dem Saft und der abgeriebenen Zitronenschale 1/2 Zitrone verrühren. 1 EL Olivenöl, abgezupfte Thymianblätter, etwas Salz und Pfeffer zugeben. Alles vermengen, bis das Öl und die Zitrone den Käse marmorartig durchziehen. Das Dressing abschmecken.

Die 4 Steaks mit etwas Dressing einreiben und auf dem Grill bis zum gewünschten Gargrad grillen. Dabei nach jeder Minute wenden. Vor dem Servieren auf einem Teller kurz ruhen lassen.

Die Roten Beten auf 2 Teller verteilen, jeweils 2 Steaks darauf anrichten und mit 1 EL Dressing überziehen. Die restlichen Kräuter darüberstreuen.

Rezept: Jamie Oliver

Quelle: Natürlich Jamie/Jamie at Home

Episode: Karotten & Rüben/Carrots & Beets