

Bete-Feta-Minze Aufstrich

Zutaten

200 g gegarte Rote Bete
½ - 1TL Harissa (scharfe arabische Würzpaste)
4 EL Olivenöl
50g Walnusskerne
150g Schafskäse
2 Stiele Minze
Salz



Zubereitung

Die Roten Beten grob würfeln und mit 1 TL Harissapaste und dem Öl im Mixer oder mit dem Pürierstab cremig pürieren.

Die Walnüsse grob hacken und etwas evtl. zum Garnieren beiseite stellen.

Den Rest zum Rote-Bete-Püree geben und ebenfalls pürieren.

Feta würfeln und dazu geben.

Die Minze waschen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen.

Ebenfalls hinzufügen und alle Zutaten nochmals kurz pürieren.

Den Aufstrich mit Salz und evtl. Harissapaste abschmecken.

Die restlichen gehackten Walnüsse darüber streuen.

Tipp:

Ich nehme frische Rote Bete Knollen, wasche sie, packe jede einzeln in Alufolie ein, lege sie in den Backofen auf das Rost und backe sie bei 200°C ca. 60 Minuten weich. Dann auskühlen lassen und die Schale abziehen. So bleiben sie herrlich aromatisch.

(Zum Schälen Handschuhe benutzen)

Harissa ist eine scharfe Gewürzmischung aus Chili, Koriandersamen, Kreuzkümmel, Knoblauch, Salz, Olivenöl, Essig und Minze. Sie stammt aus dem Norden Afrikas und wird im arabischen Raum für viele Gerichte verwendet.

Harissa- Pulver oder Paste gibt es im gut sortierten Markt oder im türkischen Lebensmittelgeschäft.

Wegen seiner Schärfe sehr vorsichtig dosieren.