

Frischer Rote Beete – Salat (H)

1 kg. Rote Beete wie Pellkartoffeln weich kochen.

Die Rote Beete abpellen (schälen) und in Scheiben schneiden, danach in eine Schüssel geben; (keine Plastikschüssel(färbt ab)) und mit dem Sud vermischen.

Sud herstellen:

3 Essl. Essig, Salz, Pfeffer, 1 Messerspitze gem. Nelke und Zimt, 1 Essl. Zucker, 2 geriebene Äpfel, 4 Essl. Öl

Das Ganze 1 Stunde ziehen lassen und nochmals abschmecken!