

Rote Bete in Orangenmarmelade geschmort

- 3 Rote Bete
- 1 EL Zucker
- 1 EL Salz
- 1 TL Kümmel
- 125ml Obstessig
- 1 EL Butter oder anderes Bratfett
- 2 EL Orangenmarmelade
- Salz, Pfeffer
- optional: Zesten von der Schale einer Bio-Orange

Rote Bete waschen und von Blattgrün / Stängeln befreien. 2L Wasser zusammen mit Zucker, Salz, Kümmel und Essig aufkochen und die Rote Bete darin kochen, bis sie gar sind (je nach Größe 45-60 Minuten). Kalt abschrecken, etwas abkühlen lassen und noch warm schälen (so lässt sie sich förmlich aus der Schale "drücken"). In mundgerechte Stücke schneiden.

Die Butter in einer Pfanne zerlassen, die Orangenmarmelade einrühren und kurz vorsichtig aufköcheln lassen. Rote Bete dazugeben, darin schwenken und kurz darin schmoren, damit sie wieder schön heiß wird.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken und als leckere Beilage zu Fleisch oder einem herzhaften vegetarischen Hauptgericht genießen. Passt auch zum Grillen. Wer mag, kann zum Anrichten noch ein paar Orangenzesten darüber streuen.

Guten Appetit :-)

Tipp: Hierzu kann auch bereits im Vorfeld eingekochte Rote/Bunte Bete verwendet werden, falls ihr das Gericht erst später im Jahr kochen möchtet. Wir haben für diesen Zweck Rote Bete eingekocht und werden das Gericht an Weihnachten als Beilage machen und dazu mit einer Prise Zimt verfeinern und vielleicht noch ein paar gehackte Mandeln o. Ä. darüber streuen.