

DA GIBT'S ORDENTLICH WAS AUF DEN LÖFFEL

# ROTE-RÜBEN-SALAT

MIT ZIEGENKÄSE, ZAGLER BIO-DINKEL-CRUNCHY UND GRAUPEN



## ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

4 kleine Rote Rüben  
Salz  
100 g Gerstengraupen  
6 EL Olivenöl  
2 Eier  
150 g Ziegenfrischkäse  
6-8 EL ZAGLER  
Bio-Dinkel-Crunchy  
4-6 Zweige Dille  
1 Tasse Shiso-Kresse  
Saft einer Zitrone  
Pfeffer

## UND SO GEHT'S:

Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze (180 °C Umluft) vorheizen.

Rote Rüben in eine feuerfeste Form legen. 2 cm hoch Wasser angießen, mit Salz würzen und mit Alufolie sehr gut verschließen. Im Backofen 40-50 Minuten weich garen. Anschließend etwas auskühlen lassen, schälen und in Spalten bzw. dünne Scheiben schneiden.

Graupen in 200 g Wasser mit einer guten Prise Salz aufkochen, 5 Minuten köcheln lassen, dann den Herd abdrehen und die Graupen zugedeckt fertig dämpfen lassen. Anschließend mit 2 EL Olivenöl marinieren.

Eier in kochendem Wasser 6-6½ Minuten je nach Größe wachsw weich kochen, mit kaltem Wasser abschrecken und schälen.

Ziegenfrischkäse auf Teller streichen. Graupen und Rote Rüben auf dem Käse anrichten. Dinkel-Crunchy darüberstreuen. Dille und Kresse von den Stängeln zupfen und zum Salat geben. Eier halbieren und ein halbes Ei auf jeden Teller setzen. Mit restlichem Olivenöl und Zitronensaft marinieren und mit Salz und Pfeffer würzen.



ZAGLER BIO GMBH 5280 BRAUNAU AM INN, ÖSTERREICH  
[WWW.MÜSLIBÄR.AT](http://WWW.MÜSLIBÄR.AT)