

Rote Beete Carpaccio (für 4 Personen)

2 Rote Beete Knollen
8 Chapatis (siehe Rezept)
die Hälfte von einem Stangensellerie
1 Schalotte
1 rote Zwiebel
1 Tl Kreuzkümmel
2 El Olivenöl
2 El weißer Balsamico
Salz & Pfeffer
frischer Koriander
1-3 Tl Kokosblütenzucker

- ❖ *Die Rote Beete waschen und mit Schale weich kochen, abkühlen, schälen und in feine Scheiben schneiden.*
- ❖ *Den Stangensellerie und die Zwiebel in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebeln und Kreuzkümmel in dem Olivenöl kurz schmoren und den Stangensellerie dazu geben. So lange braten bis der Stangensellerie angenehmen Biss hat.*
- ❖ *Mit dem Balsamico, Schalotte, frischen Koriander, Kokosblütenzucker, Olivenöl, Salz & Pfeffer einen Dressing herstellen.*
- ❖ *Die Rote Beete auf Tellern kreisförmig anrichten mit dem Stangensellerie belegen. Mit dem Dressing garnieren und das Chapati dazu reichen.*
- ❖ *Mit dem Rucola garnieren.*

Chapati Brot:

200 g Dinkelmehl Typ 1050 (es geht auch Vollkorn, dann aber ca. 20 g mehr Wasser nehmen)
1 Tl Steinsalz,
ca. 120 g Wasser

- ❖ *Das Mehl mit dem Salz mischen, etwas Wasser dazu geben und gut durchkneten, bis eine homogene und glatte Oberfläche entsteht, etwas ruhen lassen.*
- ❖ *In kleine runde Stücke (ca. 3 cm) formen, flach drücken und in Olivenöl, Ghee, oder Sesamöl ausbraten.*