

## Tipp: Eingelegte Rote Bete

Die kaufen wir nicht fertig, sondern machen sie selbst. Das ist nicht weiter schwierig, schmeckt aber um Welten besser! Auch kann man dann mit der Vielfalt der Bete spielen, nicht nur rote, sondern auch gelbe oder weiße Bete verwenden.

### Zutaten für je 1 Deckelglas von ca. 500 g Inhalt (oder zwei kleinere):

- 2-3 Rote Bete (ca. 500 g)
- 2 EL Salz
- 1 Stück Zwiebel
- 1 Scheibe Meerrettich
- nach Gusto 1 Ingwerscheibe
- 2-4 Knoblauchzehen
- 1 TL Senfsamen
- 1 TL Pfefferkörner
- 1 TL Piment

### Für den Sud:

- Ca. 150 ml Essig
- 100 ml Wasser
- 1 gestrichener TL Salz
- ½ TL Zucker

### Zubereitung:

- Rote Bete schälen und in kleinfingerdicke Stifte schneiden, zum Beispiel auf dem Pommes-Frites-Hobel. In einer Schüssel mit dem Salz bestreuen, gut durchkneten, dann zwei Stunden stehen und Saft ziehen lassen. Anschließend ganz kurz abbrausen und abtropfen lassen.
- Zwiebel in Segmente schneiden, Meerrettich in dünne Stifte, Knoblauch nach Belieben in feine Stifte oder auch nur zerquetschen. Zusammen mit den Beten – diese nach Farben getrennt – jeweils in ein Deckelglas schichten.
- Die Würzsamen auf die Gläser verteilen. Essig und Wasser für den Sud aufkochen, Salz und Zucker darin auflösen und wieder abkühlen. Die Gläser damit auffüllen. Das Gemüse mit einem Glas oder Deckel beschweren, damit es nicht nach oben steigt und unter der Oberfläche bleibt. Den Deckel nur lose auflegen und so die Rote Bete marinieren.