



Rote Bete Tacos

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Rote Bete, vorgegart	4 St.
Walnusskerne	5 EL
Thymian, frisch	10 g
Aprikosen, frisch	5 St.
Honig	1 TL
Salz	
Pfeffer, schwarz	

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, mittlerer Topf, Ofenrost, Küchenkrepp

1. Rote Bete abtropfen und in feine Scheiben schneiden oder hobeln. Walnüsse fein hacken. Thymian waschen, trocken schütteln und Blätter von den Stielen streifen. Aprikosen ganz fein hacken.

2. In einer Schüssel Walnüsse, Thymian, Aprikose, Honig, Salz und Pfeffer miteinander verrühren. Jeweils 1 TL Walnusspaste auf die Rote Bete Scheiben drapieren. Scheiben anschließend zusammenklappen und als Rote Bete Tacos servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	155 kcal
Kohlenhydrate	17 g
Eiweiß	6 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	7 g