



# Bete-Schalotten-Tarte-Tatin

mit Feta und Rucola



## HELLO GELBE BETE

Schon einmal Gelbe Bete probiert? Nein? Dann wird es heute Zeit – die erdige Schönheit macht dieses Gericht zu einem kulinarischen Farbspiel!



frischer Blätterteig



gelbe Bete



rote Bete



Schalotte



Thymian



Pinienkerne



Balsamico-Essig



Rohrzucker



körniger Senf



Feta



Rucola



Balsamico-Crème

- 35 Minuten
- Stufe 3
- leichter Genuss
- Veggie
- Zeit sparen

Das Lieblingsrezept aus der Ideenküche! Tarte Tatin muss nicht immer süß sein, denn sie schmeckt auch in der herzhaften Variante ganz wunderbar! Die Kombination aus aromatischer Bete und cremigem Feta zergeht auf der Zunge und zaubert Dir heute echte Glücksgefühle! Lass Dir dieses **ballaststoffreiche** Gericht schecken.



Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab. Heize den **Backofen** auf **220 °C** Ober-/Unterhitze (**200 °C** Umluft) vor. Zum Kochen benötigst Du außerdem **1 große Pfanne** und eine **Auflaufform**. Entdecke die **Bete-Schalotten-Tarte-Tatin**.



## 1 GEMÜSE SCHNEIDEN

**Gelbe** und **rote Bete** schälen und in ca. 1 cm breite Spalten schneiden. **Schalotten** abziehen und vierteln. Blätter vom **Thymian** abzupfen.



## 2 FÜLLUNG ZUBEREITEN

In einer großen Pfanne 1 TL [1 EL] **Öl** bei mittlerer Stufe erhitzen, **Betespalten** und **Schalottenviertel** darin 2 – 3 Min anbraten. **Thymianblätter**, **Pinienkerne**, **Balsamico-Essig**, 50 ml [100 ml] **Wasser** und **Rohrohrzucker** zufügen und alles ca. 3 Min. einköcheln lassen, mit etwas **Salz** und **Pfeffer** abschmecken.



## 3 BLÄTTERTEIG BESTREICHEN

**Blätterteig** auf der Arbeitsfläche ausbreiten und diesen dünn mit **körnigem Senf** bestreichen.



## 4 FÜR DIE TARTE TATIN

**Gemüsefüllung** in eine große Auflaufform geben. **Blätterteig** mit der Senfseite nach unten über das **Gemüse** legen. Den Blätterteigrand ein wenig festdrücken und **Teig** mithilfe einer Gabel einstechen. **Tarte Tatin** auf der mittleren Schiene im Backofen 20 Min. backen.

★ **TIPP:** Wenn Du eine ofenfeste Pfanne verwendest, den Teig einfach zurechtschneiden und in der Pfanne über das Gemüse legen. So kannst Du Dir die Auflaufform sparen!



## 5 TARTE STÜRZEN

**Tarte Tatin** nach dem Backen aus dem Backofen holen und etwas abkühlen lassen. Dann vorsichtig aus der Form auf ein Brett stürzen. **Feta** mit den Händen darüber bröseln.



## 6 ANRICHTEN

**Rucola** auf der Tarte verteilen und **Balsamico-Crème** darüberträufeln. **Tarte Tatin** in Stücke schneiden, auf Teller anrichten und genießen.

*Guten Appetit!*

# 2 | 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	4P
gelbe Bete/rote Bete PL DE	je 1	je 2
Schalotte FR	2	4
Thymian	10 g	20 g
Pinienkerne 15)	5 g ☉	10 g
Balsamico-Essig 12)	12 ml	24 ml
Rohrohrzucker 15)	6 g	12 g
frischer Blätterteig 1)	1 Rolle	2 Rollen
körniger Senf 10)	34 g	68 g
Feta 7)	63 g ☉	125 g
Rucola	50 g	100 g
Balsamico-Crème 12)	6 ml ☉	12 ml

Öl\*, Salz\*, Pfeffer\*

\* Gut im Haus zu haben [bei 4 Personen Menge in Klammern]  
☉ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 450 g)
Brennwert	764 kJ/183 kcal	3392 kJ/813 kcal
Fett	11 g	50 g
– davon ges. Fettsäuren	9 g	40 g
Kohlenhydrate	16 g	69 g
– davon Zucker	5 g	21 g
Eiweiß	5 g	20 g
Ballaststoffe	2 g	10 g
Salz	1 g	3 g

### ALLERGENE

1) Weizen 7) Milch 10) Senf 12) Schwefeldioxid und Sulfite 15) kann Spuren von Allergenen enthalten

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

### URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland, FR: Frankreich, PL: Polen

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de  
AT +43 (0) 125 300 64 06 | kundenservice@hellofresh.at