



Rezept für Rote-Bete-Gemüse

- | | |
|----------------------|---|
| 500 g Rote Bete | waschen, das Grün abschneiden und trocken schütteln. Die Stiele in 1 cm große Stücke schneiden und die Blätter grob hacken. Die Beten schälen und in kleine Würfel schneiden. |
| 1 Zwiebel | schälen und würfeln. |
| 2 EL Rapsöl | in einem Topf erhitzen, Gemüse zugeben und mit |
| Salz, Pfeffer, Chili | sowie |
| gem. Koriander | würzen. Zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 15 Min. dünsten. |