

6 Rote Bete-Salate für die kalte Jahreszeit



Star der Salatkreationen ist ganz klar die Rote Bete. Das dunkelrote Gemüse mit unverwechselbarem Geschmack lässt sich mit allerhand Zutaten kombinieren. Wie wäre es zum Beispiel mit fruchtigen Orangenfilets im Salat? Oder mit Nüssen und Ziegenkäse on Top? Oder auch mit feinem Fisch und Fleisch! Diese 6 Rezepte befördern dich mit jedem Bissen zum Rote Bete-Geschmackserlebnis.

Süßkartoffel-Salat mit Rote Bete, Ziegenkäse und Pekannüssen

Bei diesem Salat-Mix bleiben keine Geschmackswünsche offen. Hier paart sich Rote Bete mit Fenchelblättern und gerösteten Süßkartoffeln. Das Tüpfelchen auf dem i: Pekannüsse und Ziegenkäse. [Zum Rezept](#)



[Süßkartoffel-Salat mit Rote Bete, Ziegenkäse und](#)

Pekannüssen

Süßkartoffel-Rote-Bete-Salat mit Lamm

Widerstand zwecklos! Wenn zarte Lammstücke auf geröstete Rote Bete, Süßkartoffel und Babyspinat treffen, findest du dich im Salathimmel wieder. Passend dazu gibt's ein würziges Dressing mit feinem Dijon Senf. [Zum Rezept](#)



[Süßkartoffel-Rote-Bete-Salat mit Lamm](#)

Reissalat mit Roter Bete, Zuckererbsen und Orange

Zum Anbeißen! Farblich abgestimmt mischen sich Rote Bete und schwarzer Reis unter knackige Zuckererbsen und fruchtige Orangenfilets - sieht umwerfend aus und bietet eine Vielzahl an unterschiedlichen Aromen. [Zum Rezept](#)

6 Rote Bete-Salate für die kalte Jahreszeit



Reissalat mit Roter Bete, Zuckererbsen und Orange

Salat aus Rote-Bete-Spaghetti, Avocado und Ziegenkäse

Ein gemischter Nudelsalat mit Spaghetti und Pappardelle - nicht aus Weizenmehl, sondern aus Roter Bete und Salatgurke mit milder Avocado und cremigem Ziegenkäse. So lässt es sich schlemmen. [Zum Rezept](#)



Salat aus Rote-Bete-Spaghetti, Avocado und Ziegenkäse

Wintersalat mit Walnüssen, Linsen und Roter Bete

Gesund kann so lecker sein! Linsen, Rote Bete und Walnüsse laden dich mit vielen Vitaminen und Nährstoffen auf. Drumherum findest du kleine

Kartoffelstücke, frischen Rucola und cremigen Ziegenkäse. [Zum Rezept](#)



Wintersalat mit Walnüssen, Linsen und Roter Bete

Salat mit Lachs und Roter Bete

Hier macht es sich gebackenes Lachsfilet auf knackigen Salatblättern, gedünsteter Rote Bete, Gurke und Zucchini-Stücken bequem. Das süß-säuerliche Dressing rundet den gesunden Mix ab. [Zum Rezept](#)



Salat mit Lachs und Roter Bete

Egal, ob backen, kochen oder einlegen - mit der roten Rübe wird es nie langweilig. Damit du weißt, was du bei dem Gemüse beachten solltest, haben wir für dich die wichtigsten [Tipps für die Rote Bete-Zubereitung](#) zusammengefasst.