

## Powerrübe in Bestform: 32 Rezepte rund um Rote Bete



*Alles auf Rot!*

32 REZEPTE RUND UM ROTE BETE

Knallrot, gesund und lecker - mit Roter Bete sagst du dem Winterblues den Kampf an. Fiese Erkältungsviren - sagt schon mal ade. Fades Einerlei auf dem Teller - nicht mit der roten Rübe. Denn statt sie nur eingelegt aus dem Glas zu genießen, kannst du dir das Gemüse auch in Salat, als Knödel, Dip, Suppe und sogar als süßes Dessert gönnen. Schau mal in den Foodblogger-Küchen vorbei und lass dich zu neuen Rote-Bete-Leckereien inspirieren.

### Klein, fein und gesund - Snacks

#### Quinoa-Brot mit Rote-Bete-Hummus

Das Beste an einem Sonntagmorgen? Frisch gebackenes Brot, das warm und duftend zu morgendlicher Gemütlichkeit einlädt. Im Backstübchen wartet fürs nächste Wochenende schon luftiges Quinoa-Buttermilch-Brot, das dank selbstgemachtem Rote-Bete-Hummus einen frischen Farbkleck erhält. [Zum Rezept](#)



Quinoa-Brot mit Rote-Bete-Hummus © Backstübchen

#### Rote-Bete-Carpaccio

Falls du mal Lust auf einen leichten Snack zwischendurch hast, lass die Kekstüte links liegen und mach dir ein schnelles Carpaccio aus Roter Bete, Feta und Pinienkernen. Für die geschmackliche Abrundung noch ein schnelles Dressing aus Olivenöl, Balsamico und Honig - fertig ist der Snack. So einfach, so gut. [Zum Rezept](#)

## Powerrübe in Bestform: 32 Rezepte rund um Rote Bete



Rote-Bete-Carpaccio © Jennifer Stein | Tuplentag

### Rote-Bete-Feta-Brötchen

Wusstest du, dass man mit der roten Rübe auch wunderbar backen kann? Statt als Aufstrich kommt sie bei Patrick direkt in den Teig. Noch Feta dazu, in den Ofen damit und schon kannst du dich nach 20 Minuten auf ofenwarme Brötchen freuen. Das Beste: Die Brötchen haben bereits so viel Geschmack, den Aufstrich kannst du dir sogar ganz sparen. [Zum Rezept](#)



Rote-Bete-Feta-Brötchen © Patrick Rosenthal | Ich machs mir einfach

### Rote-Bete-Ketchup

Mach dich schon mal bereit für deinen ersten Grillabend des Jahres. Denn die Rübe lädt als würziger pinker Ketchup zum Wintergrillen in der Gartenlaube. Zusammen mit Zwiebel, Gewürznelke und Koriander machst du aus ihr ruckzuck einen feinen, cremigen Ketchup, der seinem Verwandten aus Tomate glatt die Show steht. [Zum Rezept](#)

# Powerrübe in Bestform: 32 Rezepte rund um Rote Bete



Rote-Bete-Ketchup © Simone Filipowsky | S-Küche

## Marokkanische Rote-Bete-Creme mit Granatapfel

Wenn sich Rot und Rot gesellt, dann darfst du dich auf eine Farb- und Aromaexplosion freuen, die deine Geschmacksknospen zum Tanzen bringt. Zu Granatapfel und unserem Blogger-Liebling haben sich außerdem noch Walnüsse, Joghurt, Tahin und Knoblauch gesellt. Fehlt nur noch knuspriges Baguette und der Snack ist perfekt. [Zum Rezept](#)



Rote-Bete-Creme © Jessica Benczewski | Berliner Küche

## Rote-Bete-Walnuss-Brot

Sandras tiefrotes Brot lässt Weißbrot und Co. am Frühstückstisch vor Neid erblassen. Ganze 4 rote Rüben sorgen nicht nur für Farbe im Teig, sondern auch für einzigartigen Geschmack. Für die Frische sorgt ein Aufstrich aus Quark und Schnittlauch, der dank Meerrettich auch noch etwas Wumms mitbringt. [Zum](#)

## Rezept



Rote-Bete-Walnuss-Brot © Sandra Cetin | Hase im Glück

## Rote-Bete-Knoblauch-Aufstrich

Hol schon mal Gemüsesticks und Baguette raus, es ist Zeit für Simones cremigen Aufstrich aus Roter Bete, ganz viel Knoblauch, Frischkäse und Zwiebel. In 30 Minuten steht der Dip auf dem Tisch und macht Erdbeermarmelade und Käseaufschnitt mächtig Konkurrenz. [Zum Rezept](#)



## Powerrübe in Bestform: 32 Rezepte rund um Rote Bete



Rote-Bete-Knoblauch-Aufstrich © Irina Lauterbach |  
Lecker macht Laune

### Kartoffelbrötchen mit Rote-Bete-Aufstrich

Lass dich nicht täuschen. Sie sehen aus wie Cupcakes, werden gemacht wie Cupcakes, haben mit der zuckersüßen Kuchenversuchung aber nichts am Hut. Die Basis bilden luftige Brötchen aus Kartoffelteig. Das "Frosting" rührt Stephanie aus Frischkäse, Roter Bete, Salz und Pfeffer zusammen. Damit aber nicht genug, getoppt wird das Ganze nicht von Schokoladenraspeln, sondern von würzigem Emmentaler. [Zum Rezept](#)



Kartoffelbrötchen mit Rote-Bete-Topping © Stephanie  
Just | Meine Küchenschlacht

### Aller guten Dinge sind Drei - 3 Mal Hummus

#### Rote-Bete-Hummus mit Artischocke

Denise käme gar nicht auf die Idee, bei Roter Bete die Nase zu rümpfen. Eingelegt, gekocht oder eben roh - bei ihr kommt sie in allen Varianten auf den Tisch. Zum Beispiel als cremiger Hummus mit Möhren, Orange und Artischocke. Spritzig, würzig, fruchtig - lecker! [Zum Rezept](#)

## Powerrübe in Bestform: 32 Rezepte rund um Rote Bete



Rote-Bete-Hummus © Denise Schuster | Foodlovin

### Rote-Rüben-Kichererbsen-Hummus

Auch Catrin setzt auf rote Rüben im Hummus. Bei ihr gibt's die Basisvariante mit Kichererbsen, Knoblauch und Olivenöl. Das geschmackliche i-Tüpfelchen sind aber Haselnuss und Rosmarin. Einfach kann so gut sein. [Zum Rezept](#)



Rote-Bete-Hummus © Catrin Neumayer | CookingCatrin

### Rote-Bete-Hummus

Ela hat es sich ebenfalls im magentaroten Rübenhimmel gemütlich gemacht. Für das orientalische Extra an Geschmack verfeinert sie ihren Dip mit Tahin, Ingwer und Kümmel. Was du sonst noch brauchst? Knackige Sticks aus buntem Gemüseallerlei. [Zum Rezept](#)

## Powerrübe in Bestform: 32 Rezepte rund um Rote Bete



Rote-Bete-Hummus © Ela | Transglobal Pan Party

### Die Rübe zum Löffeln - Rote Suppen

#### Rote-Bete-Apfel-Suppe

Schau dir diese Suppensönheit an! So fein, so cremig, so köstlich. Die Suppenkönigin pfeift auf großen Zubereitungstamam oder ellenlange Zutatenlisten. 7 Zutaten, 40 Minuten - mehr brauchst du nicht, um dich an diesem Augen- und Gaumenschmaus zu erfreuen. [Zum Rezept](#)



Rote-Bete-Apfel-Suppe © Daniela & Michael Becker | Flowers on my plate

#### Rote-Bete-Rahmsuppe

Für Festtage, zum Geburtstag oder einfach nur so - Janinas Süppchen hat sich für die besonderen Anlässe fein gemacht. Aber Achtung: Sie landet mit kleinem Weißwein-Schwips auf dem Tisch. Den gönnen wir ihr! [Zum Rezept](#)



## Powerrübe in Bestform: 32 Rezepte rund um Rote Bete



Rote-Bete-Rahmsuppe © Janina Lechner | Kleines Kulinarium

### Vegane Borschtsch

Draußen ist es kalt, draußen ist es grau - Zeit für einen Muntermacher. Zum Glück kann knallrote Bete es richten. Ein Löffel von Majas veganer Borschtsch-Variante aus der Rübe, Kartoffeln, Weißkohl, Möhren und Lauch und es machen sich wohlig-warme Gefühle breit. [Zum Rezept](#)



Vegane Borschtsch © Maja Nett | Moey's kitchen

### Knackig und frisch - Salate mit der roten Rübe

#### Salat mit Rote Beter und Brunnenkresse

Bei Lynn kommen lauter gute Sachen in die Salatschüssel: im Ofen geröstete Bete, Beluga-Linsen, Avocado, Nüsse und Kümmel. Da fühlt man sich bereits beim Anblick 10 Mal fitter. Das Beste: Lynns Salat macht pappsatt, aber vom Völlegfühl danach ist keine Spur. [Zum Rezept](#)

## Powerrübe in Bestform: 32 Rezepte rund um Rote Bete



Salat mit Brunnenkresse, Rote Bete und Avocado © Lynn Hofer | Heavenlynn Healthy

### Rote-Bete-Salat mit Schafskäse

In Mareikes Salat trifft Süß auf Herzhaft. Für die würzigen Noten sorgen Feta, Dill, Wildkräuter und Zwiebel. Rotes Johannisbeergelee und butterweich gekochte Rote Bete sorgen für den süßen Kontrast. Eine Kombi, die nicht nur gut schmeckt, sondern auch noch gut aussieht. [Zum Rezept](#)



Rote-Bete-Salat mit Schafskäse © Mareike Frietsch | Petit Gâteau

### Rote-Bete-Salat mit Pinienkernen

Statt Wildkräutern kannst du auch Babyspinat nehmen, statt Johannisbeergelee Apfelbalsamessig, statt Zwiebel Meerrettich. Und schon hast du dir aus Roter Bete, Feta und Pinienkernen einen ganz neuen Salat gezaubert. [Zum Rezept](#)



## Powerrübe in Bestform: 32 Rezepte rund um Rote Bete



Rote-Bete-Salat mit Pinienkernen © Saskia van Deelen | Dee's Küche

### Fruchtiger Rote-Bete-Salat

Du brauchst gerade mal 6 Zutaten und schwuppdwupp kannst du dir einen Gute-Laune-Salat zubereiten. In Franzis Salatschüssel treffen Rote Bete, Petersilie und Walnüsse auf Granatapfel, Olivenöl und Meersalz. Knackig, würzig, bunt. [Zum Rezept](#)



Fruchtiger Rote-Bete-Salat © Franzi Schädel | Wo geht's zum Gemüseregal?

### Sattmacher in Rot - Hauptspeisen mit Roter Bete

#### Rote-Bete-Knödel mit Kren, Speck und Apfel

Wenn eine Schwäbin österreichisch kocht - kann da bei etwas rumkommen? Aber hallo. Schau dir doch nur diese Knödel an - rosarot und super saftig. Was steckt drin: Unsere rote Heldin, Meerrettich, Muskat, Zitrone und Zwiebel. Was gibt's dazu: Weich gebratener Thymian-Apfel, Speck, Käse und Kren. [Zum Rezept](#)

## Powerrübe in Bestform: 32 Rezepte rund um Rote Bete



Rote-Bete-Knödel mit Kren, Speck und Apfel © Christine Garcia Urbina | trickytine

### Rote-Bete-Focaccia

Brot und Brötchen hatten wir schon. Heißt, die knallige Bete und Hefeteig verstehen sich also äußerst gut. Warum dann nicht auch Pizzateig daraus machen? Knallpinken Boden kannst du mit Pesto, Tomaten und Mozzarella belegen und in den Ofen schieben. Heraus kommt eine farbliche Wucht. [Zum Rezept](#)



Rote-Bete-Focaccia © Stefanie Hiekmann | schmecktwohl

### Rote-Bete-Puffer mit Winterportulak

Die roten Puffer aus der roten Rübe, Leinsamen, Kartoffel, Möhre und Knoblauch sind 1a - das ist gar keine Frage. Der eigentliche Star ist hier aber ein anderer. Allein deswegen, weil er viel zu selten auf dem Teller landet. Und zwar ist es Portulak - ein fast vergessenes Küchenkraut, das Nadine und Jörg wieder ins Rampenlicht rücken. [Zum Rezept](#)

## Powerrübe in Bestform: 32 Rezepte rund um Rote Bete



Rote-Bete-Puffer mit Winterportulak © Nadine Horn & Jörg Mayer | eat this!

### Flammkuchen mit Roter Bete

Du hast nur wenig Zeit für deine Abendessenvorbereitung und der Hunger lässt schon grüßen? Dann mach's wie Maria und bereite dir einen fix gemachten Flammkuchenteig zu, beleg ihn mit Roter Bete, Walnüssen und Honig - und schon liegt nach 15 Minuten knuspriger Flammkuchen auf deinem Teller. [Zum Rezept](#)



Flammkuchen mit Roter Bete © Maria Panzer | Marylicious

### Rote Bete mit Lachs

Wie sich unsere Rübe der Woche von ihrer feinen Seite zeigt? Wenn du sie als Creme aus Joghurt, Olivenöl und Thymian auf kleinen Kartoffelpuffern und in Honig und Butterschmalz gebratenem Lachs servierst. [Zum Rezept](#)



## Powerrübe in Bestform: 32 Rezepte rund um Rote Bete



Rote Bete mit Lachs, Kartoffel und Kresse © Karoline Hatt & Tim Harpers | Hattgekocht

### Rote-Bete-Tarte mit Ziegenkäse

Blätterteig und Spinat sind ja schon alte Freunde. Für frischen Wind sorgt hier aber eine neue Bekanntschaft in Magenta. Weich gekocht gesellt sich die Rübe mit würzigem Ziegenkäse und Haselnüssen zum altbekannten Stelldichein. [Zum Rezept](#)



Rote-Bete-Tarte

### Rote-Bete-Pizza

Pizza Margherita und Pizza Tonno sind ja schön gut, aber ein wenig Abwechslung an der Pizzafront kann auch nicht schaden. Wie wäre es als Alternativbelag zum Beispiel mit saftiger Roter Bete, Ziegenfrischkäse, Joghurt, Petersilie und Sesam? [Zum Rezept](#)



Rote-Bete-Pizza © Foodistas

### Rote-Bete-Tarte

Bei Stefanie trifft sich auf knusprigem Mürbeteig das Beste, was die winterliche Gemüsebox zu bieten hat. Unsere heiß begehrte Bete, Möhren, Lauch und worauf du sonst noch Lust hast. Hauptsache es versteht sich mit der würzigen Füllung aus Schmand, Ei und Masala. Also ab zum Gemüsehändler! [Zum Rezept](#)

## Powerrübe in Bestform: 32 Rezepte rund um Rote Bete



Rote-Bete-Tarte © Stefanie Hiekmann | schmecktwohl



Rote-Bete-Eis © Tanja Gehringer | Frau Zuckerstein

### Süßer Abschluss - Rote-Bete-Desserts

#### Rote-Bete-Eis

Sieht aus wie Himbeereis, ist aber keins. Hat satte 200 g Zartbitterschokolade, versteckt sie aber. Die Rede ist von Tanjas Rote-Bete-Eis, das den allseits bekannten Klassikern im Gefrierfach Konkurrenz macht. Waffel her für eine süße Eisversuchung in Rosarot. [Zum Rezept](#)

#### Rote-Bete-Donuts

Man könnte meinen, Donuts sind schon Aufsehen erregend genug. Madelein und Flo setzen aber noch einen drauf. Sie backen superschokoladige Donutkringel und toppen sie mit knallpinkem Zuckerguss aus Rote-Bet-Saft. Besser geht's nicht. [Zum Rezept](#)



## Powerrübe in Bestform: 32 Rezepte rund um Rote Bete



Rote-Bete-Donuts © Backstübchen

### Schokoladenkuchen mit Rote Bete und Ganache

Der aufmerksame Leser hat schon bemerkt - Rote Bete und Schokolade verstehen sich gut. Bestens möchte man sagen. Wenn du deinen Schokoladenkuchen in Sachen Saftigkeit aufs nächste Level heben möchtest, dann rühr die rote Rübe unter den Teig. Noch eine cremige Ganache obendrauf und der Schokokuchenhimmel lässt grüßen. [Zum Rezept](#)



Schokoladenkuchen mit Roter Bete

### Rote-Bete-Sorbet

Bei Silvia versteckt sich die rote Rübe nicht hinter Schokolade, sondern spielt direkt die Hauptrolle. In den Nebenrollen: Zitrone, Honig und Zucker. Rund wird die Erfrischung mit etwas Crunch von Cashewkernen. [Zum Rezept](#)



Rote-Bete-Sorbet © Silvia Caetano | Volle Lotte

### Sweet Beet Chia Pudding

Heute vorbereiten, morgen entspannt genießen. Klingt nach einem 1a-Frühstück. Bei Sarah kommt es außerdem süß und gesund daher. Chia-Samen, Rote Bete, Banane, Apfel und Cahsewmus machen müde Geister ruckzuck munter. [Zum Rezept](#)



## Powerrübe in Bestform: 32 Rezepte rund um Rote Bete



[Sweet Beet Chia Pudding](#) © Sarah Lausch | [One Slice More](#)