



# VEGAN



*König & Berg*



4 Einen Metallring (6 cm Ø) in die Mitte eines Tellers stellen. Ein Viertel der Gemüsemischung in den Ring schichten, mit etwas Dressing beträufeln und den Ring entfernen. Übriges Gemüse und Dressing wie beschrieben auf drei weitere Teller verteilen. Die grob geschnittenen Minzeblättchen über die Blumenkohltörtchen streuen.



ITALIENISCH  
INSPIRIERT

# Carpaccio von Roter und Gelber Bete

Rote Beten und Gelbe Beten liefern hier einen wunderbaren Farbkontrast. Geschmacklich besteht kein großer Unterschied, beide Rüben haben aber einen leicht mineralischen Geschmack, der sich mit der Nussauce gut ergänzt.





80 g Cashewnüsse

½ Zitrone

3 EL Olivenöl

Salz

Steakpfeffer (Würzmischung aus bunten Pfefferkörnern)

1 Rote Bete

1 Gelbe Bete

1 Handvoll junge Beteblätter oder -sprossen

Für 4 Portionen

Zubereitung: 20 Min.

Einweichen: über Nacht

**1** Die Cashewnüsse über Nacht in kaltem Wasser einweichen. Dann in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen, dabei