

Bieten menu

2 personen

Oosterse bietensoep

Voorgerecht



30 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  1 kleine ui, gesnipperd
-  1 teentje knoflook
-  500 ml groentebouillon
-  200 g kikkererwten, uitgelekt, blik
-  ½ el ras-el-hanout (Marokkaanse kerrie)
-  50 g geitenyoghurt
-  2 takjes kervel
-  1 el olie
-  ½ el za'atar (kruidenmelange Midden-Oosten)
-  300 g rode bieten

Materiaal: staafmixer

ZO MAAK JE HET:

1. Schil de bieten en snijd in staafjes.
2. Laat de kikkererwten uitlekken in een zeef.
3. Roer de za'atar door de geitenyoghurt.
4. Hak ui en knoflook fijn.
5. Verhit olie in een soeppan en fruit hierin de ui en knoflook.
6. Voeg de bieten toe en bak 2 minuten mee.
7. Giet de bouillon op de bieten en kook gaar in 20-30 minuten.
8. Verhit 1 el olie in een koekenpan en bak hierin de kikkererwten goed aan.
9. Roer de kruiden erbij en zet weg.
10. Pureer de soep met een staafmixer en breng op smaak met peper en zout.
11. Verdeel de soep over de kommen en schep de geitenyoghurt in het midden.
12. Bestrooi met de kikkererwten en garneer met kervel.



Bietencarpaccio met geitenkaas

Tussengerecht



45 + 30 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  150 g rauwe bieten
-  40 g gemengde mesclun sla
-  1 cm verse gember, geschild, geraspt
-  1 tl witte wijnazijn
-  2 el geschaafde amandelen
-  100 g verse geitenkaas
-  ½ el olie
-  1 klein sjalotje

Materiaal: mandoline of dunschiller

ZO MAAK JE HET:

VOORBEREIDING

1. Verwarm de oven voor op 200°C.
2. Doe de goed schoongeboende bietjes in een ovenschaal, dek het af met aluminiumfolie.
3. Pof de bietjes in ± 45 minuten gaar in de warme oven.



4. Verwijder het velletje en laat ze door en door afkoelen.

BEREIDING

5. Verdeel de sla over de borden, snijd de bietjes in dunne plakjes met behulp van een mandoline of dunschiller.
6. Doe ze in een schaal.
7. Snijd het sjalotje heel fijn.
8. Rasp 1 cm van de verse gember doe dit samen met de sjalot in een afsluitbare pot, voeg de olie, azijn en versgemalen peper en zout toe.
9. Sluit de pot en schud tot een homogene dressing.
10. Schenk dit over de bietjes en schep alles goed door.
11. Rooster de amandelen in een droge koekenpan lichtbruin.
12. Leg de bietenplakjes dakpansgewijs in een cirkel op de sla op 2 borden.
13. Verkrumel er de geitenkaas over en strooi hier tenslotte de geroosterde amandelen over.

Bietenstoofpotje met paddenstoelen

Hoofdgerecht



50 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 4 rode bieten, geschild, in vier stukken
- 2 wortels, grof gesneden
- ½ ui, gesnipperd
- 2 teentjes knoflook, gesnipperd
- 2 portobella's, in dikke plakken gesneden
- olie
- 1 takje tijm
- 1 tl tomatenpuree
- 125 ml rode wijn
- 250 ml groentebouillon
- 1 laurierblaadjes
- peper
- zout



Materiaal: braadpan

ZO MAAK JE HET:

1. Schil de bieten en snijd in vieren.
2. Boen de wortels schoon en snijd in grove stukken.
3. Snipper de ui en hak de knoflook fijn.
4. Snijd de portobello's in dikke plakken.
5. Verwarm wat olie in een braadpan en fruit de ui en knoflook.
6. Bak de biet- en wortelblokjes en de takjes tijm 5 minuten mee.
7. Breng op smaak met peper en zout.
8. Voeg de tomatenpuree, rode wijn, bouillon en laurierblaadje toe aan de pan.
9. Laat 40 minuten zachtjes stoven.
10. Verwarm intussen in een andere pan wat olie en bak de portobello's goudbruin.
11. Breng op smaak met peper en zout.
12. Serveer het stoofpotje met de paddenstoelen

Rode bieten cheese cake

Nagerecht



20 minuten + 8 uur

DIT HEB JE NODIG:

-  40 g chocolate chip cookies
-  20 g roomboter
-  100 g roomkaas
-  15 g poedersuiker
-  2 druppels vanille extract
-  40 ml slagroom
-  ¼ el rode bietensap

Materiaal: 2x springvorm 12 cm ø, bakpapier

ZO MAAK JE HET:

1. Bekleed de bodem en wanden van 2 ronde springvormen met een doorsnee van 12 cm met bakpapier.
2. Smelt de roomboter in een pan op laag vuur.
3. Maal ondertussen de koekjes fijn met een keukenmachine.
4. Doe de gemalen koekjes bij de gesmolten roomboter, roer goed door elkaar en doe het mengsel in de springvorm.
5. Druk het goed aan.
6. Zorg dat er ieder geval een randje overblijft aan de bovenkant.
7. Mix nu de roomkaas met de poedersuiker, vanille en bietensap.
8. Voeg een extra eetlepel bietensap toe als je je taart éxtra roze wilt!
9. Klop in een andere kom de slagroom stijf.
10. Voeg de slagroom schep voor schep toe aan de roomkaas en mix het met een spatel totdat het een goed geheel is.
11. Giet het mengsel in de springvorm en laat dit minimaal 8 uur in de koelkast staan.

TIP: Maak het geheel eventueel af met wat geschaafde chocolade.

