

Rote Bete selber einlegen



- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** Für 4 Schraubgläser à 400 ml
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 30m
- **Fertig in** 60m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '40', 'cook_time' : '30m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : 'Für 4 Schraubgläser à 400 ml', 'yield' : '' });
```

Rote Bete schmeckt nicht nur lecker, sondern zählt außerdem zu den gesündesten Gemüsesorten überhaupt! Neben einer Vielzahl an wertvollen Pflanzenstoffen, Mineralien und Folsäure ist sie ein zuverlässiger Lieferant für die Vitamine A, B und C. Kein Wunder also, dass die Rote Beete in der internationalen Küche allgemein als „Powerknolle“ gefeiert wird. Obwohl sie das ganze Jahr über in den Supermärkten erhältlich ist – entweder vorgekocht, gepellt, vakuumverpackt oder roh – ist die Rote Bete saisonal der Herbst- und Winterküche zuzuordnen. In unserem Rezept zeigen wir Ihnen, wie Sie ganz leicht Rote Bete selber einlegen können. Kleiner Tipp: Sollten Sie gegarte Rote Bete nehmen wollen, können sie den gleichen Einlegesud verwenden.

Zutaten

- 1,2 g frische Rote Bete

- 2 mittelgroße Zwiebeln in halben Scheiben
- Für den Einlegesud: 1 - 2 EL Zucker
- 1 L Weinessig (mit 6 %)
- ½ L Wasser
- Ein großes Stück frischer Ingwer in dünnen Scheibchen
- 2 - 3 Nelken
- ½ Tl Piment Körner
- 5 - 6 Wacholderbeeren
- 2 gebrochene Lorbeerblätter
- Salz

Zubereitungsart

Schritt1

Zunächst die Einweckgläser kurz in kochendes Wasser geben, sterilisieren und über Kopf trocken laufen lassen. Die Knollen unter fließendem Wasser abbürsten und mehrfach einstechen.

Schritt2

Je nach Größe 20 - 30 min. in Salzwasser kochen, danach in kaltem Wasser abschrecken. Ab jetzt wird nur noch mit Einweghandschuhen gearbeitet; die Schale entfernen, leicht mit den Fingern herunter schieben.

Schritt3

Weinessig, Wasser, Zwiebeln Zucker und die Gewürze zusammen aufkochen, die Knollen hinein geben, weitere 20 min. weich köcheln lassen, die Marinade bis zum Rand aufgießen. Fest verschließen und über Kopf auskühlen lassen.

Schritt4

Danach mindestens 4 - 6 Wochen ziehen lassen, um den vollen Geschmack zu erhalten

Rezeptart: Deutsche Küche, Kleine Gerichte, Partyrezepte, Schnelle Rezepte, Vegan, Vegetarisch

Zutaten:rote bete

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/rote-bete-selber-einlegen/>