

## Rote-Bete-Salat mit Ziegenkäse und Vinaigrette



**Zubereitungszeit:** 20 Minuten  
**1 Portion**

**Zutaten:**

90-100 g frischer Ziegenkäse  
200 g gekochte rote Beete, in Würfel geschnitten  
1 Handvoll Rucola  
5 Walnüsse, fein gehackt  
1 ½ EL Olivenöl  
¼ TL Senf  
½ TL Zitronensaft  
¼ TL Essig  
Pfeffer  
Salz

**Nährwerte:**

494 Kalorien  
11,2 g Kohlenhydrate  
40,5 g Fett  
17,4 g Eiweiß

**Zubereitung:**

Stelle die Vinaigrette her, indem du Olivenöl, Senf, Essig, Zitronensaft und etwas Salz und Pfeffer mischst. Die Vinaigrette mit der roten Beete vermengen und etwa 5-10 Minuten mariniert ziehen lassen. Nun kannst du die rote Beete, den Ziegenkäse und die Walnüsse zusammenmischen und den Rucola unterheben.