



# FruchtFein

- Westfälische Früchteküche -

Liebe FruchtFein - Freunde!

Herzlich Willkommen zum Newsletter für den März 2019.



Auf vielfachen Wunsch gibt es jetzt auch ein **gemischtes Abo**:

Das „**kleine** westfälische Abo“ für **3 Monate für 22,90€** mit Chutney, Gemüseaufstrich und kleiner Flasche Balsamico

Das „**große** westfälische Abo“ für **6 Monate für 48,90€** mit Chutney, Gemüseaufstrich, Marmelade, Sirup, Tomatenmarmelade und kleiner Flasche Balsamico

## Rezept der Saison

Für alle, die gerne selber kochen



## Rote Bete Carpaccio

### Zutaten für 4 Personen:

200 g Feldsalat

2 Birnen

Butter, zum Andünsten der Birnen

2 Knollen Rote Bete, frische oder vorgekochte (vakuumverpackt), ca. 200 g

### Zutaten für das Dressing:

50 g Speck, fein gewürfelt

2 Schalotten, fein gewürfelt

5 EL Holunder Balsamico

5 EL Kürbiskernöl

## **Zubereitung:**

1. Rohe Rote Bete-Knollen in Salzwasser ca. 40 Minuten kochen, abschrecken, schälen und in dünne Scheiben hobeln.
2. Birnen waschen, abtrocknen, vierteln. Kerngehäuse entfernen, in dünne Spalten schneiden, in etwas Butter kurz andünsten, herausnehmen.
3. In das Bratett die Speck- und Schalottenwürfel geben, anbraten, herausnehmen. Den Rest mit Balsamico ablöschen.
4. Aus der Pfanne in eine Schüssel geben und das Kürbiskernöl kräftig
5. Feldsalat putzen, waschen, trocken schleudern. Im Dressing wenden, in die Mitte von vier Portionstellern verteilen, mit der Speck-Schalottenmischung bestreuen, die Birnenspalten und Rote Bete-Scheiben arrangieren. Den Rest vom Dressing darüber träufeln. unterschlagen, abschmecken.

---

## **Wo finden Sie FruchtFein demnächst?**

- 22. - 24. März 2019** Frühlingsträume Schloss Harkotten in Sassenberg  
täglich 10.00 - 18.00 Uhr
- 06. - 07. April 2019** Garten & Ambiente Markt Delbrück Gastliches Dorf  
jeweils 11.00 - 18.00 Uhr
- 
-