

**Verfasser:** *Fachbereich Tourismus, Umwelt und Nachhaltigkeit (TUN) der Polytechnischen Schule Horn*

## **Rote Rüben Carpaccio mit Waldviertler Schofkas (4P)**

### **Zutaten:**

*2 Rote Rüben, 1 Rolle Schaffrischkäse, dunkler Balsamicessig, Olivenöl, Bärlauch, Salz, Radieschen, Balsamicoreme*

### **Zubereitung:**

- Rote Rüben in Alufolie wickeln und 1 ½ Stunden lang im auf 200 Grad vorgeheizten Backofen garen (sie sind fertig, wenn sich die Gabel leicht einstechen lässt). Aus dem Ofen nehmen, abkühlen lassen und aus der Folie befreien (alternativ können die Roten Rüben auch im Druckkochtopf gekocht werden)
- Rote Rüben in 2 mm dünne Scheiben schneiden, am Teller auflegen, salzen und mit Basamicoessig beträufeln
- Schaffrischkäse in Scheiben schneiden und etwas versetzt auf die Rote Rüben Scheiben legen
- Olivenöl, Bärlauch und Salz zu einem Bärlauchpesto pürieren und mit einer Dressierflasche Punkte spritzen
- Mit der Balsamicoreme ebenfalls Punkte dressieren
- Mit Radieschenscheiben dekorieren

### **Arbeitsablauf:**

- Rote Rüben kochen oder im Backofen garen (1,5 h)
- Bärlauchpesto zubereiten (5 min)
- anrichten (5 min)
- **Zubereitungszeit: 10 min, Gesamtzeit: 100 min**

### **Warum dieses Rezept gewählt wurde?**

Die Rote Rübe oder Röhre wird bereits seit langer Zeit in den Hausgärten angebaut und somit auch in der Küche in Niederösterreich verwendet. Jedoch in den meisten Fällen findet man sie klassisch als eingemachter Rote Rüben Salat. In einem Kochbuch aus dem Jahr 1938 fanden wir gar den Hinweis: „... man ißt sie nur eingemacht.“ Doch dieses „intensivste aller Gemüse“, wie Tom Robbins in seinem Roman Pan Aroma schreibt, lässt viel mehr an Kombinationen und Zubereitungsarten zu, als der klassische Rote Rüben Salat im Glas. Wir entschieden uns die dunkelrote „Niederösterreicherin“ mit weiteren regionalen Zutaten zu kombinieren, die am Teller ebenfalls Kreise ergeben. Fündig wurden wir beim

Waldviertler Schaffrischkäse, der der molligen Süße der Rohne etwas Säuerliches und Frisches entgegensetzt und frischen Radieschenscheiben, die die nötige Schärfe liefern. Der Balsamico von Kamptaler Edelkonservierer Grossauer liefert zusätzlich Süße und Säure. Das Bärlauchpesto bringt zur Farbe auch noch frühlingshaftes Knoblaucharoma.

### **Warum ist dieses Gericht nachhaltig?**

Alle Zutaten (mit Ausnahme vom Olivenöl) stammen aus der Region. Der Schaffrischkäse von den Waldviertler Käsemachern, der Bärlauch aus den Wäldern und die Radieschen und roten Rüben von der Gemüsebäurin aus Zaingrub bei Horn. Ein regionaleres Gericht ist kaum machbar! (Umkreis < 25 km)

### **Umgang mit Ressourcen und Energie**

Eine tolle Möglichkeit Rote Rüben zu garen – sie brauchen normalerweise sehr lange, bis sie weich sind – ist der Schnellkochtopf. Es geht in cirka der Hälfte der Zeit und verbraucht somit auch nur halb so viel Energie.

### **Getränkeempfehlung**

Für Weintrinker ein Riesling aus dem Kamptal. Für alle anderen ein selbstgemachter Rote Rüben Sirup.

