



Rote-Beete-Brei

Für dieses Rezept benötigen Sie:

- eine gekochte oder vakuumverpackte Knolle Rote Beete
- eine Kartoffel
- einen halben Apfel

Zubereitung

Der Einfachheit halber wird empfohlen, eine fertige Rote Beete zu kaufen, d. h. gekocht oder vakuumverpackt. Dann müssen Sie nur noch die Rote Beete und den Apfel klein schneiden und in den Mixer geben.

Sie können eine kleine, in Wasser gekochte Kartoffel hinzufügen und mit dem Apfel und der Roten Beeten vermischen. Ein milder und süßer Genuss für die Aller kleinsten.