



KANOWMÜHLE  
SPREEWALD

Rezepte



Rote-Bete-Salat

#### ZUTATEN 4 Portionen

- 600 g Rote Bete (tafelfertig, süß-sauer eingelegt)
- 20 ml Traubenkernöl der Kanow-Mühle
- 400 g Fetakäse
- 1 große Zwiebel
- Nüsse/Kerne z.B. Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne
- Saft einer Zitrone
- Salz

Arbeitszeit: ca. 30 Min.:

Ruhezeit: 2 Std.

Schwierigkeitsgrad: leicht

#### ZUBEREITUNG

Die Rote-Bete, die Zwiebel und den Fetakäse kleinschneiden und in eine Schüssel geben. Anschließend das Traubenkernöl, die Nüsse/Kerne und den Zitronensaft hinzugeben und gut vermischen.  
Zum Schluss abschmecken und mit Salz und/oder anderen Gewürzen würzen.

Gut durchziehen lassen und ein paar Stunden in den Kühlschrank stellen.

Glück zu! - Ihr Ölmüller