



FOTO: LUZIA ELLERT, FOODSTYLING: CABRIELE HALPER

# *rote* Rübe

MIT PARADEISERKREN UND ERDÄPFELBUTTER



**ZUTATEN für 4 Personen**

4 mittelgroße rote Rüben  
 2 mittelgroße Erdäpfel  
 40-60 g kalte Bauernbutter  
 feines Salz  
 geschroteter Kümmel  
 Muskatnuss  
 1 EL Schnittlauch  
 grobes Salz  
 geschroteter Pfeffer

Für den Paradeiskren:  
 300 g reife Paradeiser (ergibt  
 ca. 250 ml frisch gepressten  
 Saft)  
 2 EL frisch gerissener Kren  
 Prise Salz  
 Prise Demarara (brauner)  
 Zucker  
 fein geriebene Schale und Saft  
 einer halben unbehandelten  
 Zitrone  
 eventuell ein Spritzer Limonenöl

Schwierigkeitsgrad: ●○○  
 Zubereitungszeit: 70 Minuten  
 Preis: ●○○  
 Kalorien: ca. 190 kcal/Portion

„Succowell“ nennt der geniale Traismaurer Koch Rainer Melichar die Methode, mit der er aus Lebensmitteln aromatische Essenzen zaubert. Und es ist ganz einfach. Als Basis dienen frischgepresste Säfte aus reifem Gemüse oder Obst, je nach weiterer Verwendung kocht er sie auf, filtriert sie oder dickt sie ein. Binnen weniger Minuten entstehen so intensive, pure Fonds – wie hier für unseren Paradeiskren. Sein Wissen gibt Melichar mit Begeisterung bei seinen Kochkursen weiter. Ein Wissen übrigens, das sich schon viele der heimischen Top-Köche abgeschaut haben.

Erdäpfel waschen, mit der Schale ca. 30 Minuten weichdämpfen, dann schälen und kühlstellen. Rote Rüben waschen, Wurzelspitzen wegschneiden, in Alufolie wickeln und im Backrohr bei 180°C ca. 1 Stunde weichgaren. Paradeiser waschen, zerkleinern, die Stielansätze wegschneiden, mit einem Entsafter (Haushaltsgerät) entsaften. 250 ml Saft in einem kleinen Topf auf ca. 8 EL einkochen. Dieses fruchtige Konzentrat mit den übrigen Zutaten verrühren und abschmecken. Die überkühlten Erdäpfel und die kalte Butter durch ein Reibeisen in eine Schüssel streichen, mit Salz, Kümmel, Schnittlauch und einer Prise geriebener Muskatnuss abschmecken. Rote Rüben heiß schälen, mit Erdäpfelbutter und Paradeiskren anrichten, mit wenig grobem Salz und Pfeffer bestreuen.

**Weintipp:** würziger Grüner Veltliner aus dem Traisental

