



## Das **far**benfrohe November-Menü

### VORSPeISE

#### Burrata auf Rote-Bete-Carpaccio mit Rucola und Pistazien

### ZUBEREITUNG

1. Den Ofen auf 160 °C Umluft bzw. 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Rote Bete am besten mit Handschuhen schälen und in sehr feine Scheiben hobeln (alternativ mit einem scharfen Messer schneiden). Die Burrata vorsichtig halbieren.

2. Rote Bete auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen, 2 EL Öl darüber träufeln und mit ½ TL Salz sowie nach Geschmack mit Pfeffer würzen. Im vorgeheizten Ofen auf der mittleren Schiene 15 Minuten backen.

3. Eine kleine Pfanne ohne Öl bei mittlerer Temperatur erhitzen und den Koriander darin 2 Minuten anrösten, herausnehmen. In einer Schüssel 2 EL Öl, den Weißweinessig sowie Honig zu einer Vinaigrette vermengen. Mit ¼ TL Salz sowie nach Geschmack mit Pfeffer würzen.

4. In eine Pfanne gleichmäßig 2 EL Zucker verteilen und bei hoher Temperatur goldbraun verflüssigen. Die Pistazien zugeben und alles zügig mit einem Holzlöffel verrühren. Anschließend aus der Pfanne nehmen, auf Backpapier geben und abkühlen lassen.

5. Den Koriander zur Vinaigrette geben. Den Rucola mit der Hälfte der Vinaigrette vermengen. Die karamellisierten Pistazien in grobe Stücke hacken.

6. Rote Bete auf flachen Tellern kreisförmig auslegen, Rucola sowie Burrata darauf anrichten, mit der übrigen Vinaigrette beträufeln und mit karamellisierten Pistazien dekorieren.



© Kochhaus

### ZUTATEN (für 2 Personen)

125 g Burrata  
2 Rote Beten  
50 g Rucola  
20 g Honig  
10 g Pistazien  
1 TL Koriander  
4 EL Olivenöl  
1 EL Weißweinessig  
Salz, Pfeffer & Zucker



[Link zum Buch](#)



## Das **farbenfrohe** November-Menü

### HAUPTSPEISE

#### Ribollita

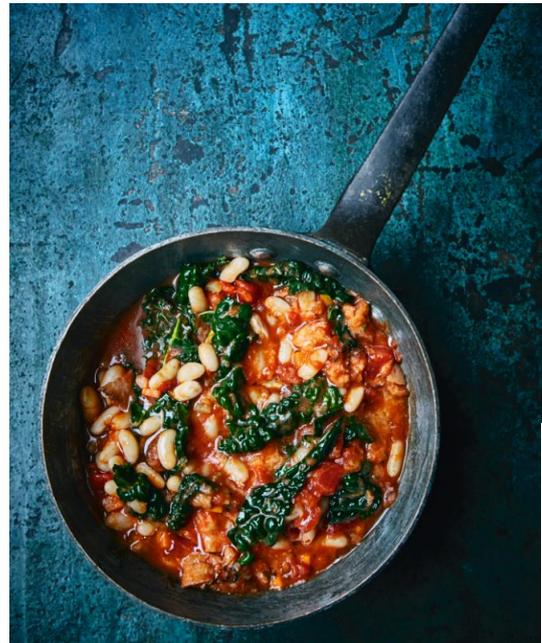
#### ZUBEREITUNG

Die Bohnen mit 1 Lorbeerblatt über Nacht in einer großen Schüssel mit kaltem Wasser einweichen. Am nächsten Tag abgießen und in einem großen Topf mit frischem Wasser bedecken. Aufkochen und bei schwacher Hitze etwa 30 Minuten köcheln lassen. Zwischendurch den Schaum abschöpfen. 2 Tassen Kochwasser abnehmen, dann die Bohnen abgießen.

1 guten Schuss Olivenöl in einem großen, schweren Topf erhitzen. Zwiebel, Möhre, Sellerie und Knoblauch darin bei schwacher Hitze etwa 15 Minuten anschwitzen. Alles mit 1–2 Prisen Salz, Fenchelsamen, Thymian und etwas Pfeffer würzen.

Tomaten, gekochte Bohnen und das übrige Lorbeerblatt sowie 1 Tasse Bohnenkochwasser zugeben und alles bei mittlerer Hitze 30–45 Minuten unter häufigem Rühren köcheln lassen. Nach der Hälfte der Garzeit Brot und *Cavolo nero* unterrühren. Falls die Suppe zu dick wird, die zweite Tasse Bohnenkochwasser zufügen. Mit Salz abschmecken.

Die fertige Suppe wird noch besser, wenn Sie sie über Nacht im Kühlschrank ruhen lassen und am nächsten Tag aufwärmen (*ribollita* bedeutet »noch einmal gekocht«). Zum Servieren die Lorbeerblätter herausfischen und auf jede Portion etwas Pfeffer und Olivenöl geben.



© Jenny Zarins

#### ZUTATEN (für 4 Personen)

300 g getrocknete weiße Bohnen (Cannellini-Bohnen)  
2 Lorbeerblätter  
natives Olivenöl extra  
1 große Zwiebel, fein gewürfelt  
1 große Möhre, fein gewürfelt  
1 große Stange Staudensellerie, fein gewürfelt  
1 Knoblauchzehe, fein gehackt  
Meersalzflöckchen  
1 TL Fenchelsamen, grob gemörsert  
1 kleine Handvoll Thymianblätter  
frisch gemahlener schwarzer Pfeffer  
1 Dose stückige Tomaten (400 g)  
½ Laib Weißbrot vom Vortag, entrindet, in Stücke gezupft  
1 Cavolo nero (Schwarzkohl), Strunk entfernt, Blätter in Streifen geschnitten



[Link zum Buch](#)



## Das **farbenfrohe** November-Menü

### NACHSPEISE

#### Pikanter Cayenne Latte

#### ZUBEREITUNG

Mandeldrink, Honig, Kokosöl und Gewürze in einen Topf geben. Bei mittlerer Hitze unter Rühren in 6 Minuten bis zum Siedepunkt erhitzen, jedoch nicht kochen lassen. Nach Belieben mit gemahlenem Cayennepfeffer bestreuen und servieren.



© Deirdre Ronney



#### ZUTATEN (1 Glas)

250 ml Mandeldrink  
1 TL Honig  
½ EL Kokosöl  
1 Prise Cayennepfeffer (plus 1 kleine  
Prise zum Bestreuen nach Belieben)  
1 Prise frisch gemahlener schwarzer  
Pfeffer  
1 TL gemahlener Kurkuma



[Link zum Buch](#)