

Beet Wellington mit Roter Bete & Duxelles

Der kulinarische Klassiker in veganer Form als "Beet Wellington" mit süßlich-erdiger Roter Bete, einer feinen Duxelle und leckerem Schalotten-Spinat.



Vorbereitungszeit
1 Std.

Zubereitungszeit
30 Min.

Gesamtzeit
1 Std. 30 Min.

Gericht: Main Course Küche: French Servings: 4

Zutaten

Für die Beten

- 500 g Rote Bete 4 kleine
- 2 EL Olivenöl
- 1 TL Meersalz grob

Für die Duxelles

- 500 g Champignons
- 2 Zehen Knoblauch
- 2 EL Olivenöl
- 1 Zweig Thymian Blätter abgezupft
- 1/2 TL Meersalz

Für den Spinat

- 200 g Spinat
- 2 Schalotten
- 1/2 TL Meersalz

Für das Beet Wellington

- 250 g veganer Blätterteig vegan
- 2 EL Sojamilch

Anleitungen

Für die Beten

1. Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
2. Beten schälen, mit Olivenöl und Salz einreiben und 1 Stunde backen. Nach der Hälfte der Zeit einmal wenden.

Für die Duxelles

1. Pilze und Knoblauch fein hacken.
2. Öl in eine heiße Pfanne geben, Pilze, Knoblauch, Thymianblätter und Salz bei hoher Hitze 15 Minuten unter häufigem Rühren braten, bis sämtliche Flüssigkeit aus den Pilzen ausgetreten und verdampft ist.
3. Beiseite stellen und abkühlen lassen.

Für den Spinat

1. Schalotten fein, Spinat grob hacken. Spinat kurz abbrausen und zusammen mit den Schalotten tropfnass in eine heiße Pfanne geben.
2. Gemüse bei mittlerer Hitze 5 Minuten dünsten, bis die Flüssigkeit verdampft ist.
3. Anschließend aus der Pfanne nehmen, mit Salz abschmecken und abkühlen lassen.

Für das Beet Wellington

1. Blätterteig auf etwa 30 x 20 cm ausrollen, der Länge nach auf etwa 20 cm Breite mit der Duxelles bestreichen und den Spinat darauf verteilen.
2. Beten dicht nebeneinander in die Mitte legen, Blätterteig seitlich bis auf einen Überstand von etwa je 3 cm abschneiden und den Braten mit Hilfe von Backpapier mit etwas Druck aufrollen.
3. Mindestens 30 Minuten (oder über Nacht) im Kühlschrank ruhen lassen.
4. Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
5. Beet Wellington mit der Sojamilch bestreichen und 30-40 Minuten goldbraun backen.

Notizen

Aus dem übrigen Blätterteig kannst du zur Verzierung mit einem scharfen Messer Blätter ausschneiden und vor dem Backen mit leichtem Druck auf dem Braten befestigen.

Der Braten lässt sich wunderbar zusammen mit unserer Beilage, den gerösteten Möhren mit Miso-Senf-Glasur, backen und unser Knoblauch-Kartoffelpüree aus 2014 passt auch wunderbar dazu. Außerdem darf natürlich unsere allerbeste vegane Bratensauce nicht fehlen – mittlerweile ein Klassiker auf dem Blog!