



## Brokkoli-Tartar mit Granatapfel

### Zutaten:

- 1 Staupe Brokkoli
- 1 Granatapfel
- 1 Knoblauch
- Schalotten, Sprossen
- 100g Kirschtomaten
- 100g Ziegenfrischkäse mit Pfeffer
- 50g Frischkäse
- 1 Rote Beete
- Salz, Pfeffer



### Zubereitung:

Vom Brokkoli die Röschen abschneiden und in einem Topf mit Salzwasser blanchieren oder im Sieb dämpfen. Knoblauchzehe zerdrücken und in eine vorbereitete Pfanne mit heißem Öl geben. Kirschtomaten halbieren und mit Thymian ebenfalls in die Pfanne geben. Alles salzen, pfeffern und kurz anbraten. Granatapfel achteln und die Kerne lösen. Die blanchierten Brokkoliröschen ohne Strunk grob durchhacken. Bei Bedarf kann der Strunk auch verwendet werden. Ziegenfrischkäse und Frischkäse für die Bindung zum Brokkoli in eine vorbereitete Schüssel geben. Alles salzen, pfeffern und vermischen. Granatapfelkerne dazu geben und nochmal vermischen. Rote Bete in Scheiben schneiden und in einen Servierring legen. Darauf die Brokkolimischung platzieren. Zum Abschluss eine Rote Bete Scheibe auf die Brokkolimischung legen. Servierring auf einem Teller anrichten. Für die Deko Sprossen anlegen und die angebratenen Tomaten darauf verteilen. Fertig! Ein wunderbares Gericht.  
Genießen! Guten Appetit!



FRANKEN  
FERNSEHEN