

## Ölz Mehrkorn Toast mit rote Rüben, Apfel-Kren, Chioggia Rübe & geröstete Sonnenblumenkerne

[Vorspeise](#)[Brot&Gebäck](#)[Fingerfood](#)[Vegetarisch](#)

### ZUBEREITUNG

SCHWIERIGKEIT: ● ● ● ○ ○

Ricotta, Crème fraîche, Kren, und geriebener Apfel verrühren und mit Salz, Zucker evtl. etwas Honig abschmecken. Auf 4 getoastete Scheiben Ölz Mehrkorn Toast großzügig aufstreichen und mit Rote Rübenwürfel und Chioggia Rübenschichten akkurat und bunt belegen.

Zum Schluss mit Rucola und Sonnenblumenkernen bestreuen und eine Scheibe Ölz Mehrkorn Toast schräg daraufsetzen.



### ZUTATEN

8 Scheiben Ölz Mehrkorn Toast

60 g Ricotta

30 g Crème fraîche

35 g Obers Kren aus dem Glas

80 g Apfel (süßer fruchtiger Apfel) geschält und fein gehobelt, mit etwas Zitrone beträufelt

Salz

Zucker

evtl. etwas Honig

160 g gekochte rote Rüben in 1cm Würfel geschnitten

1 Stk. Chioggia Rübe dünn gehobelt als Garnitur evtl. rund ausgestochene 2cm Kreise

3 EL geröstete Sonnenblumenkerne

1 Pkg. Rucola zum bestreuen