



# Ölz Mehrkorn Toast mit Roten Rüben & Apfel-Kren

Toast Rezept getoppt mit gerösteten Sonnenblumenkernen



## 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

## Zubereitungszeit

30 min

## 1. Ricotta-Creme zubereiten:

Ricotta, Crème fraîche, Kren und geriebenen Apfel in einer Schüssel gut vermengen. Mit Salz, Zucker und nach Belieben etwas Honig abschmecken.

## 2. Toast vorbereiten & belegen:

Vier Scheiben Ölz Mehrkorn Toast goldbraun toasten. Die vorbereitete Ricotta-Creme großzügig auf die warmen Toasts streichen. Anschließend mit Rote-Rüben-Würfeln und dünn geschnittenen Chioggia-Rübenscheiben farbenfroh belegen.

## 3. Garnieren:

Mit frischem Rucola und gerösteten Sonnenblumenkernen bestreuen.

## 4. Servieren:

Eine weitere Toastscheibe schräg auf den Belag setzen und direkt genießen!