



## Zutaten

- 1 unbehandelte Orange
- 1 Kaki
- 1 Granatapfel
- 3 Rote Beete (vorgekocht)
- Gekochte Linsen oder gekochte Kichererbsen
- 4 Möhren (inkl. Schale wegen der Nährstoffe)
- 1 rote Zwiebel
- 1 Packung Thymian
- 1 -2 TL gemahlener Kreuzkümmel
- Agavendicksaft
- Salz
- Pfeffer
- Sesamöl
- Ein guter Apfelessig oder Himbeeressig
- Feta oder veganer Salzkäse
- 4 EL Sesamkörner
- 6 dünne Scheiben Roastbeef

*Das Rezept ist auch ohne Roastbeef und Feta ein leckerer Genuss!*

## Zubereitung

Linsen (oder Kichererbsen) und Rote Beete kochen, sofern noch nicht geschehen, und Sesam rösten; alles etwas abkühlen lassen.

Die Orange waschen und die Schale abreiben (nur das Orangene, nicht das bittere Weiße!). Fruchtfleisch von Schale lösen und in kleine Stückchen schneiden und alles in eine Schüssel geben.

Gemüse und Obst kleinschneiden und alles in die Schüssel geben. Linsen (oder Kichererbsen) und Rote Beete dazugeben. Öl und Essig nach Belieben dazugeben und mit Kreuzkümmel, Agavendicksaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Salat auf Tellern anrichten, Feta oder veganen Käse aus Salzlake darüber bröseln und mit den gerösteten Sesamkörnern bestreuen. Z. B. zu frischem Roastbeef servieren.