

FIT & GEZOND LEVEN

# BIETENTOREN

*met amandelen*



## INGREDIENTEN

150 gram amandelen, grof gehakt, 1/2 teentje knoflook gepeld, beetje verse basilicum, olijfolie, 3 kleine rode bieten of een trio van rode biet, gele biet en Chioggia biet geschild en in dunne schijven, balsamicoazijn, scheutje dixap naar keuze, 120 ml plantaardige room, (haver, amandel of rijst), 2 eetlepels rozemarijn, 4 eetlepels shoyu, beetje amandelen, bakplaat en bakpapier.

## BEREIDING

Gebruik voor de pesto een keukenmachine en voeg amandelen, knoflook, scheutje dixap naar keuze en basilicum toe en maal tot een kruimelige massa. Schenk er een scheut olijfolie bij en laat de machine het tot een gladde massa malen, breng op smaak met zeezout en wat peper.

Verwarm de oven voor op 200 graden. Meng de plakjes biet met wat olie, balsamicoazijn en een beetje zeezout. Verdeel de plakjes biet over de bakplaat en bak ze in de oven in 25 - 30 minuten gaar. Laat ze iets afkoelen. Mix de rozemarijn, tijm, plantaardige room en shoyu in een blender of staafmixer tot een gladde saus, proef en indien nodig voeg nog wat zeezout toe.

Maak de torentjes op 4 borden door om en om een plakjes biet en een beetje pesto af te wisselen. Bovenaan gekomen schenk je wat van de saus erover en garneer met een takje rozemarijn of tijm en wat geroosterd amandelschaafsel of geroosterde noten naar keuze.

EET SMAKELIJK!