

Sören Anders
Rösti mit Spitzkohlsalat

Freitag, 1. September 2017
Rezept für 4 Personen

Dauer: 1 Stunde
Schwierigkeitsgrad: einfach
Vegetarisch, Heimatküche

Zutaten:

600 g	Kartoffeln, halbfest kochend
etwas	Salz
600 g	Spitzkohl
100 ml	Apfelsaft
1	Apfel
1	rote Zwiebel
1 Prise	Kreuzkümmel
1/2 TL	Fenchelsamen
1 Prise	Koriander
3 EL	Sonnenblumenöl
etwas	Pfeffer aus der Mühle
2 EL	Butterschmalz
60 g	Sauerrahm

Zubereitung:

1. Die Kartoffeln in einem Topf mit Salzwasser halb gar kochen, anschließend pellen.
2. Den Spitzkohl putzen, waschen und vierteln. Den harten Strunk entfernen. Die Spitzkohlblätter in sehr feine Streifen schneiden. In eine Schüssel geben, mit Salz würzen, gut unterkneten und ca.30 Minuten ziehen lassen.
3. Apfelsaft in einen Topf geben, um die Hälfte einkochen und anschließend abkühlen lassen.
4. Den Apfel und die rote Zwiebel schälen und fein würfeln.
5. Kreuzkümmel, Fenchel und Koriander im Mörser mit einer Prise Salz zerstoßen. Eingekochten Apfelsaft mit Sonnenblumenöl verrühren, mit den gemörserten Gewürzen würzen.
6. Dressing mit Apfel- und Zwiebelwürfeln unter den Spitzkohl mischen und abschmecken. Den Salat etwa 20 Minuten ziehen lassen.
7. In der Zwischenzeit die Kartoffeln auf der groben Reibe reiben, mit Salz und Pfeffer würzen.
8. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen, Kartoffelspäne als kleine Rösti in die Pfanne geben und von beiden Seiten ausbacken.
9. Die Rösti anrichten, darauf einen Klecks Sauerrahm geben und den Spitzkohlsalat obenauf anrichten.

Pro Portion: 334 kcal / 1395 kJ
36 g Kohlenhydrate, 7 g Eiweiß, 16 g Fett