



# Backkartoffeln mit rahmigem Apfelsauerkraut und Petersilienbröseln



Zeit gesamt  
40min

Zubereitungszeit  
40min

Schwierigkeit  
Einfach

## Zutaten

für 4 Portionen

|                          |       |
|--------------------------|-------|
| Kartoffeln, vorw. festk. | 1 kg  |
| Öl                       | 2 EL  |
| Salz                     |       |
| Schalotten               | 1 St. |
| Äpfel, rot               | 2 St. |
| Butter                   | 6 EL  |
| Sauerkraut               | 500 g |
| Zucker                   | 1 TL  |
| saure Sahne              | 200 g |
| Pfeffer, schwarz         |       |
| Paniermehl               | 50 g  |
| Petersilie, frisch       | 25 g  |
| Gouda, gerieben          | 50 g  |

## Zubereitung

1. Ofen auf 250 °C (Umluft) vorheizen. Kartoffeln waschen, mehrfach mit einer Gabel rundherum einstechen und längs halbieren. Kartoffelhälften mit Öl und Salz einreiben und jeweils in Alufolie gewickelt im Ofen auf einem Blech ca. 20–25 Min. backen.
2. Inzwischen Schalotte halbieren, schälen und fein würfeln. Äpfel waschen, schälen und grob raspeln. In einem Topf 2 EL Butter auf niedriger bis mittlerer Stufe erhitzen und Schalotten und Apfelraspel darin ca. 2 Min. anschwitzen.
3. Sauerkraut abgießen. Apfelmischung mit Zucker bestreuen, Sauerkraut zugeben und unter Rühren ca. 10 Min. auf niedriger Stufe dünsten. Topf vom Herd nehmen, saure Sahne unterrühren, kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und beiseitestellen.
4. In einer Pfanne 2 EL Butter auf mittlerer Stufe schmelzen, Paniermehl darin ca. 2–3 Min. goldbraun rösten und leicht salzen. Brösel anschließend auf Küchentrepp abtropfen. Inzwischen Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen, fein hacken, mit Paniermehl in der Schüssel mischen und mit Salz würzen.
5. Blech aus dem Ofen nehmen und Kartoffeln vorsichtig auspacken. Mit einer Gabel das Innere jeder Kartoffel etwas auflockern. Kartoffelhälften auf Tellern verteilen, 2 EL Butter und Käse darüber verteilen, schmelzen lassen und salzen. Apfelsauerkraut auf den Kartoffeln anrichten und alles mit Petersilienbröseln bestreut servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

|                |          |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 645 kcal |
| Kohlenhydrate  | 73 g     |
| Eiweiß         | 13 g     |
| Ballaststoffe  | 10 g     |
| Fette          | 34 g     |