Bratwürste mit Kartoffel-Speck-Stampf und Gurken-Kohlrabi-Salat

Zeit gesamt 30min

Zubereitungszeit 30min

Schwierigkeit Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, vorw. festk.	1 kg
Salz	
Öl	4 EL
Speckstreifen	100 g
Salatgurken	1 St.
Kohlrabi	1 St.
Frühlingszwiebeln	0.5 Bund
Essig	2 EL
Süßer Senf	2 TL
Senf	10 g
Pfeffer, schwarz	
Zucker	
Rostbratwürste	4 St.
Milch	100 ml
Butter	2 EL

Zubereitung

1. Kartoffeln schälen, waschen und in ca. 2–3 cm große Stücke schneiden. In einem Topf Kartoffeln mit Salzwasser knapp bedecken, mit geschlossenem Deckel aufkochen und ca. 15–20 Min. auf mittlerer Stufe weich garen.

2. Inzwischen 1 EL Öl in der Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen und Speck darin ca. 3–4 Min. kross braten. Auf einem Teller mit Küchenkrepp abtropfen und beiseitestellen. Pfanne nicht säubern.

3. Gurke waschen, Enden entfernen, der Länge nach in feine Scheiben und anschließend schräg in feine Streifen schneiden. Kohlrabi waschen, schälen, ggf. die holzigen Stellen entfernen, ebenfalls in feine Scheiben und anschließend in feine Streifen schneiden. Frühlingszwiebeln waschen, trocken schütteln, Wurzelenden entfernen und in feine Röllchen schneiden.

4. In einer Schüssel Essig, 2 EL Wasser, süßen Senf, Senf und 2 EL Öl vermengen und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

5. Dieselbe Pfanne mit 1 EL Öl auf mittlerer bis hoher Stufe erhitzen und Bratwürste rundherum ca. 6–8 Min. goldbraun anbraten. Inzwischen Kartoffeln abgießen, Milch und Butter zugeben und mit einem Kartoffelstampfer oder einer Gabel grob zerdrücken.

6. Dressing mit Salat mischen. Krosse Speckwürfel unter den Kartoffelstampf mischen und evtl. mit Salz nachwürzen. Mit Würstchen und Gurken-Kohlrabi-Salat zusammen auf Tellern anrichten und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	709 kcal
Kohlenhydrate	53 g
Eiweiß	29 g
Ballaststoffe	7 g
Fette	42 g