



Glasierte Bratwurst-Happen

Zeit gesamt
15min

Zubereitungszeit
15min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Öl	1 EL
Bratwurst	4 St.
Bier	330 ml
Honig	5 EL
Senf	1 TL
Brauner Zucker	2 TL
Speisestärke	1 EL

Zubereitung

1. Eine Pfanne mit 1 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen. Bratwürste darin ca. 4 Min. anbraten. Bratwürste aus der Pfanne nehmen, leicht abkühlen lassen und in ca. 1–2 cm dicke Scheiben schneiden.
2. Inzwischen in einer Schüssel Bier mit Honig, Senf und Rohrzucker verrühren. Biersauce in die Pfanne geben und auf mittlerer Stufe ca. 5 Min. einkochen. In einer Schüssel Stärke mit 3 EL kaltem Wasser verrühren. Stärke in die Sauce rühren und ca. 3 Min. leicht dicklich einköcheln. Biersauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Bratwürste mit Zahnstochern auf einem Teller anrichten und mit Biersauce servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	360 kcal
Kohlenhydrate	21 g
Eiweiß	19 g
Ballaststoffe	0 g
Fette	20 g