Maultaschen mit gebratenen Birnen und Speck an Coleslaw-Salat



Zeit gesamt
35min

Zubereitungszeit
35min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Weißkohl	800 g
Karotten	2 St.
Petersilie, frisch	20 g
Salz	1 EL
Zitronen	1 St.
saure Sahne	150 g
Öl	4 EL
Bacon	100 g
Gemüsemaultaschen	720 g
Zwiebeln, gelb	1 St.
Birnen	2 St.
Pfeffer, schwarz	
Zucker	

Zubereitung

Küchenutensilien

kleine Schüssel, großer Topf mit Deckel, große Pfanne, Sieb, grobe Reibe, Küchenkrepp

1. Weißkohl halbieren, den Strunk keilförmig herausschneiden und quer in sehr feine Streifen schneiden. Weißkohl waschen und in einem Sieb abtropfen lassen. Karotten waschen, schälen und grob raspeln. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und fein hacken. Alles in einer Schüssel mit 1 EL Salz ca. 1 Min. gründlich mit den Händen verkneten.

2. In einem Topf ca. 4 l Salzwasser zugedeckt aufkochen. Zitrone waschen, halbieren und auspressen. In einer Schüssel 1 EL Zitronensaft mit saurer Sahne, 2 EL Öl und etwas Zucker verrühren, mit dem Kohl mischen und zum Ziehen ca. 20 Min. beiseitestellen.

3. Eine Pfanne bei mittlerer Stufe erhitzen und Bacon ca. 2–3 Min. von jeder Seite knusprig-braun braten, auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Pfanne nicht säubern. Indes Maultaschen im siedenden Salzwasser ca. 6 Min. erhitzen (das Wasser darf dabei nicht sprudelnd kochen).

4. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. Birnen waschen, halbieren, Strunk und Kerne entfernen und in ca. 1 cm dicke Spalten schneiden. Maultaschen in ein Sieb abgießen und kurz abtropfen lassen.

5. In der Pfanne 2 EL Öl im Bratensatz auf mittlerer bis hoher Stufe erhitzen und Maultaschen darin ca. 3 Min. goldbraun anbraten. Birne und Zwiebelwürfel zugeben und ca. weitere 2–3 Min. unter gelegentlichem Schwenken mitbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

6. Coleslaw durchrühren und gegebenenfalls mit Salz, Pfeffer und Zucker nachwürzen. Coleslaw und Maultaschen-Birnen-Mix auf Tellern anrichten und mit krossem Bacon servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	762 kcal
Kohlenhydrate	105 g
Eiweiß	20 g
Ballaststoffe	18 g
Fette	32 g