Veganer Hot Dog mit Apfelsauerkraut

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Äpfel, rot	4 St.
Öl	3 EL
Sauerkraut	300 g
Gewürzgurken	4 St.
Baguette	2 St.
Vegane Bratwurst	4 St.
Zucker	1 TL
Süßer Senf	4 TL
Ketchup	4 TL
Röstzwiebeln	4 EL
Salz	

Zubereitung

Küchenutensilien

kleiner Topf, mittlere Pfanne, Sieb

1. Äpfel schälen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und fein würfeln. In einem Topf 1 EL Öl erhitzen und Apfelwürfel ca. 2–3 Min. anschwitzen. Sauerkraut zugeben und ca. 5 Min. leicht köcheln lassen.

2. Gewürzgurken abtropfen lassen und in Scheiben schneiden. Baguettes quer halbieren und Hälften jeweils auf-, aber nicht durchschneiden.

3. In einer Pfanne übriges Öl auf mittlerer bis hoher Stufe erhitzen und die Würstchen ca. 5–6 Min. rundherum anbraten. Sauerkraut mit Salz und Zucker abschmecken. Baguettes mit süßem Senf und Ketchup bestreichen. Jeweils eine Wurst in die Brötchen geben und nach Belieben mit Sauerkraut, Röstzwiebeln und Gurken garniert servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	596 kcal
Kohlenhydrate	83 g
Eiweiß	19 g
Ballaststoffe	10 g
Fette	22 g