

Zutaten

750 g Kartoffeln
400 g Pastinaken
2 Zwiebeln
1 Spitzkohl
2 EL Öl
750 ml Gemüsebrühe
Salz & Pfeffer
200 g Sahne
4 EL Senf
Agavendicksaft
Krauz Radieschenkresse

Optional:
Speisestärke

Spitzkohl-Kartoffel-Pastinaken Eintopf mit Senfcreme

Kartoffel waschen, schälen und in grobe Würfel schneiden.
Pastinake schälen, die Enden abschneiden, je nach Größe längs halbieren oder vierteln und in Scheiben schneiden.
Zwiebeln schälen und in Streifen schneiden. Spitzkohl putzen, vierteln, den Strunk entfernen und in etwas dickere Streifen schneiden.
Öl in einem Topf erhitzen, die Zwiebeln bei mittlerer Hitze darin ca. 2 Minuten andünsten.
Kartoffeln, Pastinaken hinzugeben, mit Gemüsebrühe aufgießen, würzen mit Salz, Pfeffer und für ca. 15 – 20 Minuten köcheln lassen.
Nach 10 Minuten Kochzeit den Spitzkohl, Sahne hinzugeben und weiter köcheln.
Den Senf und den Eintopf rühren und mit Salz, Pfeffer und bei Bedarf mit etwas Agavendicksaft abschmecken.
Je nach gewünschter Konsistenz, den Eintopf mit etwas angerührter Speisestärke abbinden.
Eintopf in tiefere Teller geben, mit der Radieschenkresse bestreuen und servieren.

*Tipp: Der Senf kann zur Hälfte durch groben Senf ersetzt werden.
Hierzu können gekochte Eier, Haferflockentaler aus KW 31
oder auch klassische Frikadellen gereicht werden.*

Zutaten

200 g Mehl
200 g Apfelsaft
1 EL Sonnenblumenöl
2 Eigelbe
2 Eiweiße
35 g Rohrohrzucker
4 Äpfel
Öl zum ausbacken
Mehl
300 g Weintrauben
75 g Rohrohrzucker
Puderzucker

Apfelküchlein mit karamellisierten Trauben

Mehl zusammen mit Apfelsaft, Öl, Eigelb zu einem glatten Teig verarbeiten.
Eiweiß mit einem Schneebesen steifschlagen und dabei langsam den Zucker einrieseln lassen. Den Eischnee vorsichtig unter den Teig heben.
Äpfel waschen, mit einem Apfelausstecher das Kerngehäuse entfernen und in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden.
Ausreichend Öl in einer Pfanne erhitzen, Apfelscheiben in Mehl wenden und in den Teig geben. Mit einer Küchenpinzette oder 2 Gabeln die Apfelscheiben vorsichtig in das heiße Fett geben und von beiden Seiten jeweils ca. 2 Minuten goldbraun backen. Auf einen Teller mit Küchenpapier legen, kurz abtropfen lassen.
Die anderen Apfelscheiben ebenfalls so ausbacken.
Trauben waschen, von der Reben trennen und halbieren.
Zucker in einer Pfanne karamellisieren, die Weintrauben hinzugeben und für ca. 1 Minute mit braten lassen.
Apfelküchlein auf Teller geben, mit Puderzucker bestreuen und zusammen mit den karamellisierten Trauben servieren.

*Info: Die Temperatur von dem Öl sollte zwischen 160 – 170 °C haben.
Der Apfelsaft kann auch durch Milch oder Bier ersetzt werden.*

KW41 | 2023