



Kartoffelrösti mit Sauerkraut & Champignons

Rezepte von BEPA Bio



Zutatenliste (4 Portionen):

1 kg Speisekartoffeln, z.B. Drillinge, 3 Zwiebeln, 100g Sojamehl, 500g Sauerkraut, 400g Champignons, 1 Knolle Knoblauch, Rauchsalz, Pfeffer, Kümmel, Senfkörner, Öl zum Braten

Zubereitung:

1. Die Kartoffeln unter Wasser gut abspülen und mit einer Bürste vom Schmutz befreien, so müssen Sie nicht geschält werden. Die Kartoffeln nacheinander in einem Mixbehälter klein mixen. Alternativ von Hand reiben.
2. Die Zwiebeln schälen und halbieren. Die Hälfte der Knoblauchknolle schälen und die Zehen mit den Zwiebeln in das Mixbehältnis geben. Alternativ Knoblauch und Zwiebeln klein schneiden.
3. Die Senfkörner im Mörser stößeln. Die Kartoffeln mit den Zwiebeln, dem Sojamehl, Senfkörnern, Kümmel, Pfeffer und nach Belieben etwas Salz vermischen und zur Seite stellen.
4. Die Champignons in Scheiben schneiden. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und die Pilze darin von beiden Seiten anbraten. Das Sauerkraut hinzugeben. Die andere Knoblauch-Hälfte schälen und die Zehen in Scheiben schneiden. Zu dem Sauerkraut geben. Mit Rauchsalz, Pfeffer und Kümmel abschmecken.
5. Für die Röstis ausreichend Fett in eine Pfanne geben und aus der Kartoffelmasse kleine Bratlinge formen. Von beiden Seiten goldbraun anbraten. Die Rösti zusammen mit dem Sauerkraut servieren.



Viele weitere tolle Rezeptideen
finden Sie auf
www.bepabio.ch
Guten Appetit