



Himmel und Erde

Zutaten

- 375 g Äpfel
- 675 ml Wasser
- 1 EL Zucker
- 0,5 TL Salz
- 125 ml kalte Milch
- 1 Beutel Kartoffel-Püree Pulver (zur Zubereitung mit Milch)
- 100 g Zwiebeln
- 50 g Speck, durchwachsen u. geräuchert
- 10 g Butter
- 300 g Blutwurst

Zubereitung

1. Äpfel waschen, schälen, Kerngehäuse entfernen und in Spalten schneiden. In einem Topf 300 ml Wasser mit Zucker zum Kochen bringen und die Apfelspalten ca. 5 Min. dünsten, abgießen.
2. Kartoffel Püree nach Packungsanweisung zubereiten. Apfelspalten zum Püree geben und warm werden lassen.
3. Zwiebeln schälen, in Scheiben schneiden. Speck in Würfel schneiden und in einer Pfanne ohne Fett braten. Zwiebeln zugeben und mitdünsten. Auf dem Apfel-Püree anrichten.
4. In einer beschichteten Pfanne Butter heiß werden lassen. Blutwurst in dicke Scheiben schneiden, von beiden Seiten braten und dazu servieren.

Nährwert-Anzeige

| | |
|---------------|----------|
| Kohlenhydrate | 24 g |
| Energie | 430 kcal |
| Fett | 31 g |
| Protein | 15 g |

🕒 30 Minuten

⊕ 4 Portionen