

Dauer: Mittel
Kategorie: Isst-Gut-Rezept Hauptspeisen Vegetarisch
Saison: Ganzjährig
Für: 4 Personen
Verfasst von: Rudi Pichler

Zutaten

Erdapfeltopfen Nockerl

500 G	Erdapfel
500 G	Topfen
250 G	Weizenmehl 700
1	Ei
	Salz
	Butterschmalz zum Anbraten
	Schnittlauch

Sauerkraut

500 G	Sauerkraut
2	Äpfel
250 ML	Suppe
1	Zwiebel
1 STUECK	Speckschwarte
2 STUECK	Lorbeer
3 STUECK	Wacholder

Zubereitung

Erdapfeltopfen Nockerl

- 1. Die Erdäpfel mit der Schale weichkochen und in eine Schüssel pressen.
- 2. Mit den restlichen Zutaten zu einem Teig verkneten.
- 3. Anschließend in daumendicke Schlangen rollen und in 2cm Stücke abstechen.
- 4. Diese in Butterschmalz von beiden Seiten anbraten.

Sauerkraut

- 1. Die Zwiebel in Streifen schneiden und in einem Topf goldbraun anrösten.
- 2. Anschließend das gewaschene Sauerkraut beimengen, die geriebenen Äpfel dazu und mit der Suppe aufgießen.
- 3. Nun nur mehr die Schwarte mit den Gewürzen dazu und ohne Deckel auf Konsistenz köcheln lassen.

Isst-Gut-Rezept, Erdäpfel-Tag

Rezept zum Film: Die Reise auf den Gipfel der Salzburger Ernährungspyramide

Kleiner Tipp: Wer sich ein Busserl ergattern möchte, schenkt beim Sauerkraut das Lorbeerblatt mit aus. Wer das Lorbeerblatt hat, darf dem Koch oder der Köchin ein Busserl geben.