

MARLEY SPOON



Kassler auf Apfel-Sauerkraut

dazu gebratene Schupfnudeln und Senf



20-30Min.



3-4 Personen

Kassler ist aus der deutschen Küche nicht wegzudenken. Natürlich wird er auch bei uns unbedingt mit einem köstlichen Sauerkraut serviert, das mit Apfel und Zwiebel verfeinert wird. Dazu gibt es gebratene Schupfnudeln und Senf.

Was du von uns bekommst

- 2 Zwiebeln
- 2 Äpfel
- 1 Packung Sauerkraut
- 1kg Schupfnudeln ^{1,3,9}
- 3 Päckchen mittelscharfer Senf ¹⁰
- 1 Packung Kasslerlachs
- 20g frische Petersilie

Was du zu Hause benötigst

- Pflanzenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- große Pfanne
- große Pfanne mit Deckel
- Messbecher

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Sellerie (9), Senf (10).
Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 734.0kcal, Fett 22.9g, Eiweiß 30.7g, Kohlenhydrate 94.1g



1. Zwiebeln schneiden

Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Die **Äpfel** vierteln, entkernen und in dünne Scheiben schneiden.



2. Zwiebeln braten

Die **Zwiebeln** und die **Äpfel** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze ca. 2-3Min. farblos anschwitzen. Mit 200 ml Wasser ablöschen und kurz aufkochen lassen.



3. Sauerkraut garen

Das **Sauerkraut** zu den **Zwiebeln** und **Äpfeln** hinzugeben und alles bei mittlerer Hitze ca. 10Min. abgedeckt köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



4. Petersilie hacken

Die **Petersilienblätter** von den Stängeln zupfen und fein hacken.



5. Kassler erwärmen

Den **Kassler** auf das **Sauerkraut** legen und abgedeckt bei niedriger Hitze ca. 5-8Min. erwärmen.



6. Schupfnudeln braten

Inzwischen in einer großen Pfanne die **Schupfnudeln** mit 2-3EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze 5-7Min. goldbraun anbraten. Die **Petersilie** unterheben und mit Salz und Pfeffer würzen. Das **Sauerkraut** nach Wunsch erneut mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit den **Schupfnudeln** und dem **Kassler** anrichten. Den **Senf** dazu servieren.