

# SPITZKOHL MIT KARTOFFELSTAMPF, SCHMORZWIEBELN UND VEGETARISCHER BRATWURST

## ZUTATEN

 2 PORTIONEN

 40 MIN

 EINFACH

1 Spitzkohl  
1 1/4 Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
25 g Butterschmalz  
1 EL Butterschmalz  
1 TL Zehnkampf  
4 Prise Salz  
4 Prise Pfeffer  
500 g Kartoffeln (mehligkochend)  
80 ml Mandelmilch  
80 g Butter  
1 EL Butter  
1 Muskatbuchse  
40 g Senf, mittelscharf  
80 g Schmand  
1 Prise weißer Rohrzucker  
10 g Petersilie  
1 Pkg. Garden Gourmet Vegane  
Filet-Stückchen

## ZUBEREITUNGSEMPFEHLUNG

### 1. Zubereitung Spitzkohl

Den Spitzkohl vierteln und den Strunk herausschneiden. Anschließend in feine Streifen schneiden.

Eine Knoblauchzehe und 25 g Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden. In einem hohen Topf 1 EL Butterschmalz erhitzen und den Spitzkohl kurz anbraten.

Zwiebeln, Kümmelsaat und Knoblauch dazugeben und zugedeckt ca. 8 Minuten dünsten.

Mit jeweils einer Prise Salz und Pfeffer abschmecken.

### 2. Zubereitung Kartoffelstampf

Zunächst die Kartoffeln schälen, halbieren und in einem Kochtopf ca. 20–25 Minuten gar dämpfen.

Mandelmilch und 80 g Butter in einem Topf erhitzen und die Gewürze dazugeben.

Die Kartoffeln stampfen, die Butter-Milch-Mischung hinzugeben und alles zu einem fluffigen Püree aufschlagen.

Vor dem Servieren mit jeweils einer Prise Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

### 3. Zubereitung Senfschmand

Senf, Schmand und jeweils eine Prise Salz und Pfeffer in einer Schüssel vermischen und abschmecken.

### 4. Zubereitung Schmorzwiebeln

1 EL Butter in einer heißen Pfanne erhitzen, die Zwiebel hineingeben und scharf anbraten.

Den Rohrzucker sowie jeweils eine Prise Salz und Pfeffer hinzugeben und zugedeckt ca. 5 Minuten im eigenen Saft schmoren lassen.

Die Petersilie waschen und in feine Streifen schneiden. Im Anschluss unter die Schmorzwiebeln geben.

### 5. Zubereitung Vegetarische Bratwurst

Die Bratwurst leicht einschneiden und in heißem Fett von allen Seiten ca. 6 Minuten anbraten.

**ENTDECKE WEITERE REZEPTE AUF  
GARDENGOURMET.DE**