



Bio-Rindswurst Stroganoff-Art

mit Kartoffelpüree und Rucola-Rote-Bete-Salat



20-30min



3-4 Personen

Die Küche Russlands ist bekannt für ihre kräftigen Aromen und wir haben uns davon inspirieren lassen. Daher kochen wir heute Bio-Rindswürste im Stroganoff-Stil: Sie werden gepellt und in kleinen Stücken mit Pilzen, Zwiebeln, Kräutern und Crème fraîche geschmurgelt. Passend zum Motto gibt es dazu einen Rote-Bete-Salat und fluffigen Kartoffelbrei. So geht Gemütlichkeit!

- 1kg mehligkochende Kartoffeln
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 4 Bio-Rindswürste
- 400g geschnittene Champignons
- 2 Pck. Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung
- 1 Pck. Hühnerbrühwürstchen
- 2 Rote Beten
- 200g gemischter Salat
- 2 Becher Crème fraîche ²

- 100ml Milch ²
- 2EL Butter ²
- 2EL Weizenmehl ¹
- 1TL Senf ³
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- große Pfanne
- Kartoffelstampfer
- Sparschäler
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

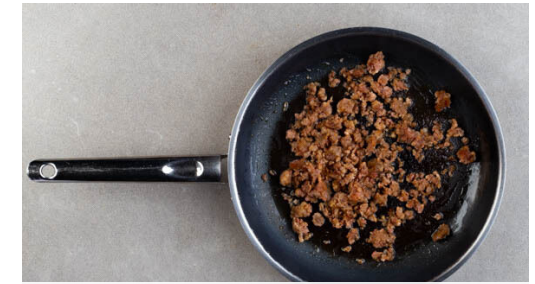
Energie 992kcal, Fett 61.7g,
Kohlenhydrate 70.9g, Eiweiß 37.2g



In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Kartoffeln** zum Kochen bringen. Die **Kartoffeln** schälen und in 2-3cm große Stücke schneiden, dann in das kochende Wasser geben und in 14-16Min. gar kochen. In ein Sieb abgießen, zurück in den Topf geben und abgedeckt warm halten.



Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in dünne Spalten schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die Haut von den **Würsten** abziehen und die **Würste** mit den Händen zerkleinern.



Die **Würste** in einer großen Pfanne mit 2TL Pflanzenöl bei mittlerer bis starker Hitze ca. 2Min. anbraten und mit einem Kochlöffel oder Pfannenwender weiter zerkleinern.



Die **Pilze**, die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** ebenfalls in die Pfanne geben und 4-5Min. mitbraten, bis die **Pilze** goldbraun sind. 2EL Mehl unterrühren und ca. 1Min. erhitzen. 250ml heißes Wasser mit der **Gewürzmischung** und der **½ des Brühgewürzes oder mehr** verrühren, in die Pfanne gießen und aufkochen. Die **Sauce** bei mittlerer bis niedriger Hitze 6-7Min. einköcheln lassen.



Die **Roten Beten** schälen und grob raspeln.
Tipp: Da **Rote Bete** stark färbt, beim Verarbeiten am besten Küchenhandschuhe und Schürze tragen. Aus 4EL Olivenöl, 2EL Essig, 1TL Senf sowie je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer ein **Dressing** anrühren. Mit den **Roten Beten** und dem **Salatmix** vermengen.



Die **Kartoffeln** mit 100ml Milch, 2EL Butter sowie je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer zu einem cremigen **Püree** stampfen. Die **Sauce** mit der **Crème fraîche** verfeinern und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das **Kartoffelpüree** auf Teller verteilen und die **Rindswurst Stroganoff** darauf anrichten. Den **Rucola-Rote-Bete-Salat** dazu reichen.

Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. [!\[\]\(235bfe13ebf007ce2eea9e689707fac7_img.jpg\)](#) [!\[\]\(bbad87fcdf5285698c00ff2227464bf2_img.jpg\)](#) [!\[\]\(f40fcf1439bdf0ff0174e7d9c96d1715_img.jpg\)](#) **#marleyspooning**