



## Gebratene Rindswurst und Blumenkohl

dazu Röstkartoffeln und Currydip



ca. 30min



2 Personen

Neugierige vor! Wer schon immer mal echte Fusion-Küche ausprobieren wollte, der hat heute das ultimative Versuchskaninchen bzw. -blumenkohl bzw. -kartoffeln bzw. -wurst auf dem Tisch. Die bisher genannten Zutaten klingen ja noch harmlos, aber jetzt legt unser Koch Matthias erst richtig los: Zum Blumenkohl gesellen sich Rosinen, die Kartoffeln kriegen eine Curryabreibung und für den Dip fällt auch noch was ab. Trau dich!

## Was du von uns bekommst

- 500g mehligkochende Kartoffeln
- 1 Packung gelbe Currypaste <sup>10</sup>
- 1 Blumenkohl
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Rindswürste
- 1 Päckchen Rosinen <sup>12</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- 2-3EL Mayonnaise <sup>3</sup>
- Olivenöl
- Salz und schwarzer Pfeffer

## Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroße Pfanne
- Messbecher

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

### Allergene

Eier (3), Senf (10), Schwefeldioxid und Sulphite (12). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

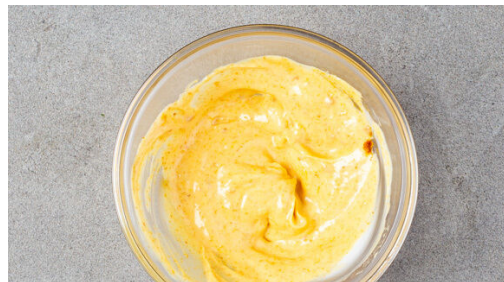
### Nährwertangaben pro Portion

Energie 838kcal, Fett 36.0g, Kohlenhydrate 62.8g, Eiweiß 34.8g



### 1. Kartoffeln rösten

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln samt Schale** in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit **1TL Currypaste** und 1TL Olivenöl vermengen, gleichmäßig verteilen und ca. 20Min. im heißen Ofen rösten, bis die **Kartoffeln** gar sind. Vor dem Servieren mit 2 Prisen Salz würzen.



### 4. Dip anrühren

2-3EL Mayonnaise mit **1/2TL Currypaste** verrühren. **Tipp:** Wer mag, kann auch mehr **Currypaste** verwenden.



### 2. Blumenkohl vorbereiten

Den **Blumenkohl** in 2-3cm große Stücke schneiden, den Strunk entfernen.



### 5. Würste braten

Die **Würste** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1-2TL Olivenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 2-3Min. anbraten. Während der letzten 4-5Min. der Backzeit zu den **Kartoffeln** auf das Blech geben und im Ofen fertig garen.



### 3. Zwiebel schneiden

Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und in dünne Scheibchen schneiden.



### 6. Blumenkohl zubereiten

Den **Blumenkohl** und die **Zwiebeln** in der Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze 2-3Min. Die **Rosinen** und den **Knoblauch** zugeben, mit 100ml Wasser ablöschen und alles weitere 2-3Min. garen, bis der **Blumenkohl** bissfest und die Flüssigkeit verdampft ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, mit der **Wurst**, den **Kartoffeln** und dem **Dip** anrichten und servieren.