



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 Curtypaste¹⁰
- 1 Blumenkohl
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Rindswürste
- 1 Päckchen Rosinen¹²

Was du zu Hause benötigst

- 2-3EL Mayonnaise³
- 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 Curtypaste** 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 Curtypaste** verrühren. **Tipp:** Wer mag, kann auch mehr **Curtypaste** 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.