

Zeitangabe 

Kosten  

Ernährungsinfos

Allergierisiken: keine

Das Gericht enthält Schweinefleisch. Man kann statt Cabanossi und Wiener Würstchen auch türkische Sucuk-Wurst verwenden.

Das Rezept im Unterricht

Passende unterrichtliche Themen:

- Kartoffeln
- Garverfahren – der Dampfdrucktopf
- Saisonale Küche
- Resteküche/Kochen aus dem Vorrat

Beachten Sie zur Garzeit der Kartoffeln die Hinweise im Rezept Pellkartoffeln mit Tsatsiki (S. 91). Um Zeit zu sparen, kann man Pellkartoffeln vom Vortag verwenden.

Dadurch, dass lagerfähige Zutaten wie Kartoffeln, Äpfel und Zwiebeln verwendet werden, eignet sich die Zubereitung dieses Gerichts besonders für Herbst und Winter. Zur Grünkohlzeit kann man die Cabanossi dann auch gut durch Mettenden ersetzen.

Das Rezept ist in Anlehnung an das traditionelle Rezept „Himmel und Erde“ entstanden. Dafür kocht man normalerweise Kartoffelpüree (Erde) und Apfelmus (Himmel) und serviert dazu geröstete Zwiebelringe und gebratene Wurst (traditionell allerdings Blutwurst oder Grützwurst).

Die passenden Rezepte als Hilfestellung finden sie hier im Buch, auf Seite 75 (Apfelmus) und Seite 77 (Kartoffelpüree).



Einkaufsliste für 4 Gruppen

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 20 mittelgroße Kartoffeln | <input type="checkbox"/> Öl |
| <input type="checkbox"/> 4 Cabanossi | <input type="checkbox"/> Paprikapulver |
| <input type="checkbox"/> 8 Wiener Würstchen | <input type="checkbox"/> Zucker |
| <input type="checkbox"/> 8 Zwiebeln | <input type="checkbox"/> Oregano |
| <input type="checkbox"/> 8 Äpfel | <input type="checkbox"/> Majoran |
| <input type="checkbox"/> 1 l Gemüsebrühe | <input type="checkbox"/> Salz, Pfeffer |
| <input type="checkbox"/> Paprikamark | |