

Gebratene Blutwurst mit pochiertem Ei, Wachtelbohnen, Kartoffel-Feldsalat und Fladenbrot

 happy-mahlzeit.com/2021/08/14/gebratene-blutwurst-mit-pochiertem-ei-wachtelbohnen-kartoffel-feldsalat-und-fladenbrot

Zutaten für 2 Personen

Für Blutwurst und Ei:

- 300 g Blutwurst
- 1 Ei
- 4 EL Butter

Für die Wachtelbohnen:

15 g frische, weiche Wachtelbohnen

Für den Salat:

- 150 g festkochende Kartoffeln
- 30 g Feldsalat
- 1 kleine Zwiebel
- 3 EL Sonnenblumenöl
- 6 EL Apfelessig
- 2 EL Zucker
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Für das Fladenbrot:

- 100 g Mehl
- Sonnenblumenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Für die Garnitur:

2 EL Balsamico-Creme

Zubereitung:

Für die Bohnen einen Topf aufsetzen. Die Bohnen ca. 20 Minuten weich kochen, abseihen, etwas abkühlen lassen.

Für den Salat die Kartoffeln schälen, kleinschneiden, in Salzwasser weich garen, herausnehmen und etwas abkühlen lassen. Den Feldsalat waschen und trockenschleudern. Die Zwiebel abziehen und fein schneiden. Zucker, Essig, Öl, etwas Salz und Pfeffer vermengen und die geschnittene Zwiebel dazugeben.

Die Blutwurst in gleichmäßige Scheiben schneiden. 2 – 3 EL Butter in einer Pfanne erhitzen und Blutwurstscheiben darin von beiden Seiten knusprig ausbacken.

Für das Fladenbrot Mehl mit 1 Prise Salz und Pfeffer vermengen. Danach 40 ml Wasser dazugeben, zu einem Teig kneten, kleine Kugeln daraus formen, platt drücken und in einer Pfanne mit Öl ausbacken.

Für das pochierte Ei dieses etwa 1 Minute in Wasser kochen, herausnehmen und anschließend in einem Topf mit Wasser und einem Schuss Essig das Ei pochieren.

Weichgekochte Bohnen mit Salat und Kartoffeln vermengen, durch die Salat-Marinade ziehen und auf dem Teller anrichten. Die Blutwurststücke und das pochierte Ei darauf geben, Fladenbrot dazu reichen, mit Balsamico-Creme garnieren und servieren.

Rezept: Tamara Marina Fritz

Quelle: Die Küchenschlacht vom 23. August 2016

Episode: Vorspeisen