

Weißkohl-Fleischwurst-Pfanne



Zutaten (4 Personen):

1/2 Weißkohl (ca. 600 g)
300 g Fleischwurst
2 Zwiebeln
1 Paprika (rot)
4 EL Rapsöl
40 g Butter
1/2 TL Zucker
Salz
Pfeffer

Dipp:

200 g Creme Fraiche
1/2 TL Paprikapulver (edelsüß)
1 Bund Schnittlauch

Zubereitung:

Weißkohl halbieren, in feine Streifen schneiden und mit 2 TL Salz sowie dem Zucker mischen. Die Masse mit den Händen gut durchkneten und zur Seite stellen.

Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Scheiben schneiden. Die Paprika waschen, von Stiel, Strunk sowie Kernen befreien und ebenfalls in Streifen schneiden.

Die Wurst von der Pelle befreien, längs halbieren und in dünne Scheiben schneiden. 2 EL Rapsöl in einer Pfanne erhitzen, die Wurstscheiben hineingeben, unter Wenden ca. 5 Minuten kräftig anbraten und herausnehmen.

Restliche 2 EL Rapsöl in der Pfanne erhitzen und die Zwiebeln mit Paprika darin unter Wenden etwa 6 Minuten braten.

Die Kohlstreifen mit der Butter hinzugeben und 10 Minuten unter gelegentlichem Rühren mitdünsten. Die angebratenen Wurstscheiben wieder zufügen, unterrühren und alles mit Salz sowie

Pfeffer würzen.

Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in Röllchen hacken.

Für den Dipp die Hälfte der Schnittlauchröllchen mit Creme fraiche und Paprikapulver mischen. Die restlichen Schnittlauchröllchen unter die Wurstpfanne heben.

Die Wurstpfanne gemeinsam mit dem Dipp auf Tellern anrichten und servieren.

Nährwertangaben: 582 kcal p.P, 14 g KH p.P.