

Gebackener Emmentaler mit Apfel-Kräuter-Kartoffeln

Zutaten (für 4 Personen):

Für den Spitzkohlsalat:

250 g Spitzkohl
½ TL Salz
20 g Ingwer (frisch)
2 EL Apfelessig
4 EL Apfelsaft
Salz, Pfeffer aus der Mühle, Zucker

3 EL Rapso Rapsöl
1 rote Paprikaschote

Für die Senf-Mayonnaise:

200 ml Rapso
1 Ei
2 EL süßer Senf
1 EL Dijon Senf
1 TL Honig
3 Zweige Dill, fein gehackt
Salz, Pfeffer aus der Mühle

Für den Emmentaler:

500 g Emmentaler
50 g Mehl, Typ 405
2 Eier

100 g Paniermehl
100 g Pankomehl
6 EL Rapso

Für die Bratkartoffeln:

650 g Kartoffeln
2 Zwiebeln, geschält, fein gewürfelt
1 Apfel (z. B. Boskoop), mit Schale, klein gewürfelt
2 EL Rapso
Salz, Pfeffer aus der Mühle
3 EL Rapso



Gebackener Emmentaler

ein
Rapso[®]
Rezept

Zubereitung:

1. Den Spitzkohl putzen, harten Strunk entfernen und den Kohl in feine Streifen schneiden oder hobeln. Mit 1/2 TL Salz gut verkneten. Ingwer schälen und fein würfeln. Mit Apfelessig, Apfelsaft, etwas Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker und Rapso verschlagen.
2. Paprikaschote waschen halbieren, entkernen und in Würfel schneiden. Sofort mit der Vinaigrette mischen. Den Spitzkohl untermischen. Ziehen lassen.
3. Für die Senf-Mayonnaise das Ei mit dem Senf und dem Honig verrühren. Die Masse cremig aufschlagen und langsam Rapso mit dem Pürierstab einfließen lassen. Dill untermischen und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Emmentaler in große Streifen schneiden. Zuerst mit Mehl bestäuben, dann im Ei und danach in der Mischung von Paniermehl und Pankomehl wenden. Panade etwas andrücken.
5. Kartoffeln schälen, waschen, in Würfel schneiden. Die Zwiebeln schälen und würfeln. Den Apfel waschen, halbieren, Kerngehäuse entfernen und Fruchtfleisch in Würfel schneiden.
6. Die Kartoffeln in Rapso anbraten und bei milder Hitze garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dann die Zwiebeln zugeben und zum Schluss den Apfel untermengen.
7. In einer Pfanne Rapso erhitzen und den Käse von allen Seiten goldgelb anbraten. Mit den Kartoffeln und dem Spitzkohlsalat anrichten und servieren.

1839 kcal, 52 g E, 131 g F, 99 g KH

TIPP

Unser Sommelier empfiehlt zu diesem Gericht einen Lenz Moser Prestige Pinot Gris aus dem Burgenland.

