

# Champignon-Wurst-Gulasch, Kartoffel-Stampf, Salat

## Für 4 Portionen

### Für den Stampf:

1 kg vorw. festk. Kartoffeln	2 TL Salz	1 Zwiebel
300 ml heiße Gemüsebrühe	50 ml natives Olivenöl	2 Prisen Zucker
1 Knoblauchzehe	1 Spritzer Zitronensaft	1 Msp. Chilipulver
1 Prise Muskatnuss	1 Prise Pfeffer	

### Für das Gulasch:

4 grobe Bratwürste	500 g Champignons	4 große Möhren
1 Bund glatte Petersilie	1 Zwiebel	2 EL Olivenöl
200 g durchw. Speck	250 ml Weißwein	1 Spritzer Weißweinessig
1 Prise Salz	1 Prise Pfeffer	1 EL Kräuterbutter

### Für den Salat:

1 Kopf Eisbergsalat	300 g Rucola	2 große Tomaten
1 rote Paprikaschote	50 ml natives Olivenöl	3 EL Weißweinessig
1 Prise Zucker	1 Prise Salz	1 Prise Pfeffer

## Zutaten vorbereiten:

Für den Stampf die Kartoffeln schälen und in reichlich kochendem Salzwasser etwa 20 Minuten weich garen. Inzwischen die Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden.

Für das Gulasch die Bratwurst in Stücke schneiden. Die Champignons putzen, bei Bedarf mit Küchenpapier trocken abreiben und grob hacken. Die Möhren schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blätter abzupfen und fein hacken. Die Zwiebel schälen und fein würfeln.

## Wurstchen und weitere Zutaten anbraten und ablöschen:

Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Bratwurststücke darin rundherum anbraten. Die Zwiebelwürfel hinzufügen und kurz mitbraten. Champignons und Speck ebenfalls dazugeben und einige Minuten anbraten. Das Angebratene auf einer Pfannenseite zusammenschieben, auf der freien Seite Möhrenwürfel und die Hälfte der Petersilie verteilen und einige Minuten anbraten, bis die Möhrenwürfel weich, aber noch bissfest sind. Das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen, mit Weißwein ablöschen und nach Geschmack mit etwas Weißweinessig abschmecken. Die Kräuterbutter einrühren und alles noch einmal kurz anbraten.

## Kartoffelstampf:

Die weichen Kartoffeln abgießen und ausdampfen lassen, dann mit einem Schuss Brühe vermischen und grob stampfen. Zwei EL Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin bei mittlerer Hitze anbraten. Mit etwas Zucker würzen. Die angebratene Zwiebel mit einem Schuss Gemüsebrühe ablöschen und unter den Kartoffelstampf heben. Ebenso den Knoblauch schälen, hacken, anschwitzen, mit Zucker würzen, mit Brühe ablöschen und unterheben. Den Stampf mit frisch gepresstem Zitronensaft und Olivenöl würzen. Mit Chilipulver, Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken. Beiseitestellen und durchziehen lassen.

## Salat:

Vom Eisbergsalat die äußeren Blätter entfernen, den Kopf in mundgerechte Stücke schneiden, waschen und trockenschleudern. Den Rucola verlesen, waschen und ebenfalls trocken schleudern. Grobe Stiele entfernen, die Blätter grob hacken und die Hälfte vom Rucola in einer Schüssel mit dem Eisbergsalat mischen. Den restlichen Rucola unter das Gulasch heben. Die Tomaten waschen, halbieren und ohne Stielansatz in Stücke schneiden. Die Paprika waschen, halbieren, entkernen und ebenfalls klein schneiden. Tomaten, Paprika und restliche Petersilie unter den Sa-

lat mischen. Olivenöl, Essig, Zucker, Salz und Pfeffer verquirlen. Den Salat mit der Vinaigrette marinieren.

**Anrichten:**

Mit dem Kartoffelstampf auf den Tellern ein Nest formen. Das Champignon-Wurstgulasch darin verteilen und mit einer Handvoll Salat garniert servieren.

Frank Rosin am 23. Januar 2018