

## Kochen

Eberhard Braun

Mittwoch, 20.08.2025

**Kartoffelbratwurst mit lauwarmem Spitzkohl-Paprikasalat**

**Für 4 Personen**

### Zuatten

#### **Für den Spitzkohl-Paprikasalat**

600 g Spitzkohl  
1 Paprikaschote, rot  
1 Karotte, ca. 50 g  
4 Stiele Petersilie  
1 Zwiebel  
1 EL Salz  
60 ml Sonnenblumen- oder Rapsöl  
1 EL Kümmel, nach Belieben  
50 ml Weißweinessig oder anderer heller Essig  
150 ml Gemüsebrühe  
etwas Pfeffer  
1 TL Zucker

#### **Für die Kartoffelbratwurst**

300 g Kartoffeln, z. B. vorwiegend festkochend  
1 Zwiebel  
35 g Tomaten, getrocknet oder Speckwürfel  
4 Stiele Petersilie  
30 g Griebenschmalz oder Rapsöl  
25 g Semmelbrösel  
1 EL Majoran, frisch oder getrocknet  
etwas Salz  
etwas Pfeffer  
etwas Muskatnuss  
1 TL Gemüsebrühepulver, nach Belieben  
4 Reispapierblätter, zum Braten, Asialaden  
1 Ei, Größe M  
4 EL Rapsöl, zum Braten

#### **Außerdem**

50 g Speckwürfel, oder getrocknete Tomaten, nach Belieben

### **Zubereitung**

1. **Für den Salat** Spitzkraut halbieren, abbrausen und den harten Strunk entfernen. Das Kraut mit einem Hobel oder einem scharfen Messer, in sehr feine Streifen schneiden. Dabei das untere, bauchige Drittel des Krauts mit den festeren, weißen Blättern beiseite legen.
2. Paprikaschote vierteln, entkernen und in Streifen schneiden. Karotte schälen, abbrausen, trocknen und fein oder grob raspeln. Petersilie abbrausen, trocknen und fein schneiden. Zwiebel abziehen und fein würfeln.
3. Paprika mit den feinen Krautstreifen in einer Schüssel mischen. Salz zugeben und mit den Händen gut durchkneten. Alles etwas 10 Minuten ziehen lassen.
4. In einer großen Pfanne 2 EL Öl erhitzen. Zwiebeln, Speck- oder Tomatenwürfel darin bei mittlerer Hitze circa 2-3 Minuten braten.
5. Danach die dickeren Streifen des Krauts zugeben und 1 Minute rührend anbraten. Mit Gemüsebrühe ablöschen, kurz erhitzen und in eine große Schüssel geben.
6. Das marinierte Kraut und Paprika gut ausdrücken. Mit der Petersilie und Karottenraspeln zum gebratenen Kraut geben.

Essig, das übrige Öl und Pfeffer untermischen und abschmecken. Abdecken und mindestens 30 Minuten ziehen lassen (je länger, desto besser).

7. **Für die Kartoffelbratwurst** Kartoffeln abbrausen und mit Schale in Salzwasser ca. 20-30 Minuten kochen.

8. Kartoffeln herausnehmen und in der Schale komplett auskühlen lassen. Kartoffeln schälen und grob raspeln. (Es eignen sich auch Kartoffeln vom Vortag).

9. Getrocknete Tomaten fein würfeln. Zwiebel abziehen und ebenfalls fein würfeln.

Petersilie abbrausen, trocknen und fein schneiden.

10. In einer Pfanne Griebenschmalz oder Öl erhitzen. Zwiebeln anbraten, Tomaten- oder Speckwürfel zugeben und alles ca. 3 Minuten braten.

11. Petersilie und Majoran zugeben. Mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss und eventuell Gemüsebrühepulver würzen.

12. Das Ei trennen. Eigelb und Semmelbrösel verrühren. Mit der Tomaten(Speck)-Mischung unter die Kartoffelmasse mischen.

13. Die Reispapierblätter nacheinander etwas 10 Sekunden in warmes Wasser legen.

Anschließend nebeneinander auf eine Arbeitsfläche legen. Die Oberfläche mit dem verquirlten Eiweiß bestreichen. Restliches Eiweiß in die Kartoffelmasse rühren.

14. Kartoffelmasse in einen Spritzbeutel geben. Auf jedes Reispapier, im unteren Drittel etwas Kartoffelmasse rollenförmig aufspritzen.

15.. Reispapier von unten nach oben aufrollen, so dass eine gleichmäßige Rolle (Wurst) entsteht. Beide Enden eindrehen, um die Wurst in Form zu drehen.

16. Öl portionsweise in einer Pfanne erhitzen. Die Kartoffelbratwürste darin, bei mittlerer Temperatur, von allen Seiten ca. 2 Minuten knusprig braten.

17. Paprika-Krautsalat erneut abschmecken, mit den Kartoffelbratwürstchen anrichten und servieren. Nach Belieben mit Petersilie garnieren