



CURRYWURST AUF CRISPY-APFEL UND PETERSILIENSALAT

Für 4 Personen

CURRYWURST-SAUCE

- | | | | |
|--------|--|----------|--|
| 1 EL | Sonnenblumenöl | 1 | Zwiebel schälen und klein schneiden. Knoblauch schälen und klein schneiden. |
| 1 | kleine rote Zwiebel | 2 | Pfanne auf den Grill stellen und das Öl erhitzen, Zwiebel und Knoblauch dünsten. Dazu das Currypulver und Tomatenmark geben und trocken rühren, mit Ananassaft und Apfelessig ablöschen, dazu Zucker , Salz und die Chiliflocken sowie das Mangopüree geben und ca. 10-15 Minuten köcheln lassen. |
| 2 | Knoblauchzehen | 3 | Zuletzt mit dem Pürierstab mixen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. |
| 2 EL | Rohrzucker , braun | | |
| 100 g | Tomatenmark (2-fach konzentriert) | | |
| 100 g | Mangopüree (Im Notfall ginge auch Apfelmus) | | |
| 100 ml | Ananassaft | | |
| 4 EL | Currypulver , gelb | | |
| 1,5 TL | Salz | | |
| ½ TL | Chiliflocken | | |
| 150 ml | Apfelessig | | |



ZWISCHENGANG von Meta Hildebrand

CRISPY-APFEL

- 3 **Äpfel** (süß bspw. Gala)
 - 1 EL **Honig** (flüssig)
 - 1 EL **Sonnenblumenöl**
 - 1 EL **Rum**, dunkel
(alternativ: hell)
 - ca. 50 g **Cornflakes**, ungesüßt
- 1 Die **Cornflakes** leicht zerdrücken.
 - 2 **Äpfel** waschen und mit dem Apfelmantel durchstechen. Die **Äpfel** in vier gleich dicke Scheiben schneiden.
 - 3 **Honig, Sonnenblumenöl** und **Rum** verrühren, die **Äpfel** darin marinieren und ca. 2-3 Minuten pro Seite auf den Grill legen.
 - 4 Zuletzt in den zerdrückten **Cornflakes** wenden.

CURRYPULVER AUS DEM MÖRSER

- 1 TL **Kreuzkümmel**
 - 3 TL **Currypulver**, mild
 - ½ TL **Zimt**
 - 1 EL **Kurkuma**
 - 5 **Kardamomkapseln**
 - ½ TL **Chiliflocken**
 - 1 EL **Rohrzucker**, braun
- 1 **Kardamomkapseln** mörsern und die Schalen entfernen.
 - 2 Restliche Zutaten dazu geben und gut mörsern

SALAT

- 1-2 **Bund Petersilie**
 - 2 EL **Apfelessig**
 - 1 EL **Sonnenblumenöl**
 - Salz**
 - Pfeffer**
- 1 **Petersilie** waschen und von den Stielen zupfen, in eine Schüssel geben und mit dem **Essig, Öl** sowie **Salz** und **Pfeffer** marinieren.

4 **Bratwürste** à 130-150 g auf den Grill legen und knusprig werden lassen, danach in Scheiben schneiden.



ZWISCHENGANG von Meta Hildebrand

ANRICHTEN

Crispy-Apfel auf den Teller legen, etwas Petersilie drauf, dann die Bratwurst und mit der Currysauce, on top den restlichen Petersilien-Salat, zuletzt etwas Currypulver aus dem Mörser draufgeben und genießen.

GUTEN APPETIT