



















Gefüllte Kartoffel mit Apfel-Gurkenstipp wie Hering, Leinöl und Kresse

Zutaten Angaben für 10 Portionen

	Art.-Nr.	Menge	Zutat
	507642	10 St.	Backkartoffel vorgegart
	787796		Salz
	909940	60 g	Senf mittelscharf
	810500	80 ml	Sojadrink
	415217	300 ml	Rapsöl
		20 g	Salz
	592551	3 g	Pfeffer schwarz gemahlen
	9998	30 ml	Apfelessig naturtrüb
	670	20 g	Rohrohrzucker
	987999	200 g	Eingelegte Gurken mit Sud
		100 g	 Zwiebelwürfel frisch
	382157	400 g	 Aubergine frische  Icon?
	112946	250 g	 Apfel frisch
	495710	30 g	Kräuter-Algenpesto
	999789	50 ml	Leinöl
	567773	50 g	 Kresse frisch frische 

Zubereitung

Backofen auf 170 °C vorheizen. Kartoffeln gründlich waschen und abbürsten. In einen Bräter eine Lage Salz (gerne grobkörnig) geben, die Kartoffeln auf die Salzschiicht setzen und so lange garen, bis die Einstichprobe mit einer Gabel auf keine harten Stellen in den Kartoffeln stößt.

Für das Dressing Senf, Sojadrink und Rapsöl zu einer pflanzlichen Mayonnaise mixen, mit Gurkenwasser, Salz, Pfeffer und Zucker kräftig würzen. Zum Schluss Algenpesto in die Masse einmischen, so dass ein „fischiger“ Geschmack zustande kommt.

Aubergine schälen und in 1x1 cm große Würfel schneiden. Auberginenwürfel in eine beschichtete Pfanne geben, mit etwas Wasser untergießen und auf der höchsten Heizstufe ohne Fett braten, bis die ganze Flüssigkeit wieder verdampft und die Auberginen trocken und gar sind, danach erkalten lassen.

Apfel waschen und entkernen und ebenso in Würfel schneiden. Gurken in ebenso große Würfel schneiden. Gurkenwürfel und vorbereitete Auberginenwürfel zu dem geschnittenen Gemüse geben und alles gründlich mit der gemixten Sauce vermengen. Die Konsistenz ggf. mit etwas Gurkenwasser korrigieren, den fertigen Stipp nochmals mit Salz, Zucker und Essig gut abschmecken.

Die gebackenen Kartoffeln aufschneiden und mit dem Stipp anrichten. Fertige Kartoffeln mit etwas Leinöl beträufeln. Als Topping eignen sich frische Kresse, Algen und Sprossen am besten.