

Sarah Wiener | Wurzel-Röstis mit in Apfelwein geschmortem Gemüse

Zutaten für 4 Personen

Für die Röstis:

- 50 g Karotten
- 50 g Pastinaken
- 150 g Kartoffeln
- 60 g Mehl
- 1 Ei
- 10 g Parmesan, fein gerieben
- Öl zum Ausbacken
- Salz
- Pfeffer

Für das Gemüse:

- 50 g Zucchini
- 50 g gelbe Paprika
- 50 g rote Zwiebeln
- 10 Kirschtomaten
- 20 g Butter
- 8 cl Apfelwein
- 1 EL Honig
- Salz
- Pfeffer

Außerdem:

- 1 Handvoll gezupfte Kräuter
- 1/2 Zitrone
- Olivenöl
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

Für die Röstis:

Karotten, Pastinaken und Kartoffeln schälen und raspeln. Mehl und Ei verquirlen und mit den Wurzelraspeln vermischen. Mit Parmesan, Salz und Pfeffer abschmecken. Kleine Röstis in heißem Öl knusprig braun ausbacken, auf Küchenpapier abtropfen lassen und warm stellen.

Für das Gemüse:

Zucchini, Paprika, Zwiebeln und Kirschtomaten waschen und in Würfel schneiden. Das Gemüse in Butter anbraten und mit Apfelwein ablöschen. Sobald das Gemüse schön weich und fast musig ist, mit Honig, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Kräuter:

Den Saft der Zitrone auspressen. Die Kräuter mit Zitronensaft, Salz und Olivenöl marinieren.

Anrichten:

Einen Röstli in der Mitte eines Teller platzieren. Etwas vom Schmörgemüse auf dem Röstli anrichten und auf einer Seite etwas runter laufen lassen. Einen 2. Röstli an das Gemüse lehnen, so dass ein Burger entsteht und das Gemüse schön zu sehen ist. Die marinierten Kräuter um den Röstli-Burger anrichten.

Rezept: Sarah Wiener

Quelle: Lanz kocht! vom 5.3.2010

Episode: Weder Fisch noch Fleisch