REZEPT FÜR LABSKAUS

LABSKAUS

Schwierigkeitsgrad: unkompliziert

für 4 Personen | 60 Min.

Zutaten

- 1 Zwiebel, groß
- 400 g Corned Beef
- 1 kg Kartoffeln
- 50 g Butter
- 250 ml Wasser
- 1 Prise Salz
- 4 Pfefferkörner
- 4 Pimentkörner
- 1 Lorbeerblatt
- 3 Gewürzgurken
- 1 TL SweetFamily Feiner Zucker
- 1 TL Essig
- 1/2 TL Senf
- 2 Matjesfilets
- 4 Spiegeleier
- eingelegte Rote Beete (Glas)

3157

ZUBEREITUNG

610	43.4	42.8	28.8
Kcal	Gramm	Gramm	Gramm
Pro Portion	Eiweiß	Kohlenhydrate	Fett

Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. Kartoffeln schälen, waschen und in Würfel schneiden. Butter erhitzen, Zwiebelwürfel und Corned Beef darin anbraten. Pfeffer- und Pimentkörner in ein Tee-Ei geben, mit dem Wasser, Kartoffeln, Salz und Lorbeerblatt zum Kochen bringen und 20 Minuten garen.

Lorbeerblatt und Tee-Ei entfernen, dann alles mit einem Kartoffelstampfer zerstampfen und in Würfel geschnittene Gurken unterheben. Mit Zucker, Essig und Senf abschmecken und mit in Streifen geschnittenen Matjesfilets anrichten. Spiegeleier und Rote Bete dazu reichen.