

Himmel und Erd

Im Kölner Dialekt „Himmel un Ääd“ genannt.

Diese Spezialität habe ich in Köln im Brauhaus Pääffgen kennengelernt. Es hat mir zu den Kölsch (Kölner Bier) so gut geschmeckt, dass ich zum Dessert einen 2. Teller bestellte...

Der Name des Gerichtes kommt vermutlich vom Apfel der im Himmel hängt und der Kartoffel, welche im Boden wächst.

Rezept für 2 Personen

- | | | |
|------|----------------------|--|
| 300g | Frische Schwarzwurst | - Gibt es monatlich jeweils in der 3. Woche des Monats frisch |
| | | - 10 Sekunden abspülen damit sich der Darm besser löst > schälen |
| | | - Längs in 3 lange Scheiben schneiden |
| | | - In Butter auf beiden Seiten mit wenig Hitze schön braten. |

Apfelkartoffelstock

- | | | |
|-------|--------------------|--|
| 400g | Kartoffeln, mehlig | - Zusammen weichkochen, dann durchs Passevite drehen |
| 200g | Apfel, süß | - Erwärmen und Apfel-Kartoffeln darunterrühren |
| 30g | Butter | - abschmecken |
| 100g | Milch | |
| Wenig | Nat(UR)salz | |
| Ev. | Muskatnuss | |

Gesundheitstipp:

Die Schwarzwurst ist eine der gesündesten Goldwürste: Sie enthält extrem viel Eisen und Kollagen!



Viel Genuss wünscht Ihnen

Christoph Jenzer