

# Herbstliches von Kartoffeln, Gemüse und dem Schwein

## Zutaten für 10 Personen

2,0 kg Pellkartoffeln, frisch, gekocht  
5 g Majoran, geschnitten  
2 g Pfeffer, aus der Mühle  
Salz  
1,2 kg Schweinefleisch, in Streifen  
0,1 kg Zwiebeln, rot, in Streifen  
50 ml Sonnenblumenöl  
0,5 kg herbstliche Pilze  
1,0 kg herbstliche Gemüse der Saison, blanchiert  
Salz, Pfeffer, Muskat nach Bedarf  
0,2 l Gemüsebrühe, fertig gekocht  
30 g Butter  
0,4 kg Äpfel, geschält, in Blättchen  
0,5 l saure Sahne, 10 %  
0,3 l Creme fraîche  
4 Stück Eier a, 56 g  
20 g Blatt Petersilie, grob gehackt oder andere Kräuter der Saison

## Zubereitung

1. Die gekochten Kartoffeln pellen und in Scheiben schneiden, mit Majoran, Pfeffer und Salz marinieren.
2. Das Schweinefleisch mit den Zwiebeln in Sonnenblumenöl anbraten, die Pilze und blanchierten Gemüse dazugeben, kurz mit anschwitzen, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken, mit etwas Gemüsebrühe ablöschen und kurz aufkochen.
3. Die Kartoffelscheiben abwechselnd schichtweise mit der Zwiebel-Schweine-Gemüsemasse und den Äpfeln in eine gefettete Auflaufform setzen.

4. Saure Sahne, Creme fraîche und Eier verrühren und über den Auflauf verteilen, im Backofen bei 150 °C ca. 30 Minuten goldgelb backen.

5. Den Auflauf ruhen lassen, in Portionen abstechen und mit frischer Petersilie oder Kräuter servieren.

### **Serviertipp:**

Klarer Bratenjus, Tomatensoße, Kräuterhollandaise (Wildkräuter)  
Frische herbstliche Blattsalate der Saison

### **Küchentipp**

Statt Äpfel Birnen oder Backobst nehmen.

Man kann auch rohe Kartoffeln verwenden.

### **Tipp zur Gartechnik**

Bei rohen Kartoffeln dauert der Auflauf ca. 40-45 Minuten.

### **Nährwertschätzung pro Portion**

EW: 23,7 g, Fette: 52,6 g, KH: 25,9 g, kcal: 671, kJ: 2818

### **Diät-Eignung**

Vollkost

Fettstoffwechselstörung (nur magere Schweinekeule, ohne Butter, ohne Sahne nur Eiklar)

Diabetes mellitus (unter Berechnung der BE)

Purinarme Kost (ohne Schwein dafür Kalb, 80 Gramm)

Vegetarische Kostformen (ohne Fleisch mehr Gemüse)

### **Eigene Notizen**

