

Kevin von Holt
Schwedischer Kartoffelauflauf

Dienstag, 12. März 2024
Rezept für 4 Personen

Dauer: 1 Stunde | Schwierigkeitsgrad: mittel | Heimatküche

Zutaten:

Für den Auflauf:

2	Zwiebeln
1 EL	Butterschmalz
600 g	Kartoffeln, vorwiegend festkochend
80 g	Appetitsild (würzig eingelegte Sardinenfilet/Anchovis)
3 EL	Butter
250 g	Sahne
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle
2 EL	Semmelbrösel

Für den Salat:

500 g	Rote Bete, gekocht und geschält
2	Äpfel (bevorzugt grüne Äpfel)
50 g	Cornichons
1	rote Zwiebel
100 g	Mayonnaise
100 g	Crème fraîche (oder saure Sahne)
1 TL	scharfer Senf
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

1. Die Zwiebeln schälen, fein würfeln.
2. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Zwiebeln darin glasig andünsten. Anschließend die Pfanne vom Herd ziehen.
3. Die Kartoffeln waschen, schälen und in feine Stäbchen schneiden, dafür kann man auch einen Küchenhobel mit passender Klinge verwenden.
4. Die eingelegten Fischfilets abgießen, dabei den Sud auffangen. Die Filets sehr fein schneiden.
5. Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.
6. Eine Auflaufform mit etwas Butter einfetten.
7. Ca. 1/3 der Kartoffelstäbchen in die Auflaufform geben. Die Hälfte der gedünsteten Zwiebeln und der Fische darauf verteilen, mit etwas Fisch-Sud beträufeln. Die Schicht wiederholen und mit Kartoffeln abschließen. Die Sahne mit etwas Salz und Pfeffer würzen und über die Kartoffeln gießen. Semmelbrösel und restliche Butter in Flöckchen darauf verteilen.
8. Den Auflauf in den vorgeheizten Ofen geben und ca. 45-50 Minuten garen.
9. In der Zwischenzeit für den Salat die gekochte Rote Bete in ca. 1 cm große Würfel schneiden und in eine Schüssel geben.
10. Äpfel waschen, entkernen und ebenfalls in 1 cm große Würfel schneiden.
11. Die Cornichons würfeln und mit den Apfelwürfeln zur Roten Bete geben.
12. Die rote Zwiebel schälen und fein schneiden.
13. Für das Dressing Mayonnaise, Crème fraîche und Senf vermischen, mit Salz und Pfeffer würzen und die rote Zwiebel untermischen.
14. Das Mayo-Dressing zum gewürfelten Gemüse geben und gut untermischen. Bis zum Servieren im Kühlschrank 30-60 Minuten durchziehen lassen.
15. Den goldgelb gegarten Auflauf aus dem Ofen nehmen, auf Teller verteilen. Rote Bete-Salat nochmals abschmecken und dazu servieren.

Pro Portion: 815 kcal/ 3410 kJ, 53 g Kohlenhydrate, 10 g Eiweiß, 62 g Fett