



Gebratene Maultaschen mit geschmelzten Zwiebeln und Gurkensalat



Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Schnittlauch, frisch	20 g
Salatgurken	1 St.
Essig	2 EL
Öl	6 EL
Zucker	1 TL
Salz	
Gemüsezwiebeln	1 St.
Butter	4 EL
Spitzkohl	0.5 St.
Kümmel	1 TL
Gemüsemaultaschen	800 g
Pfeffer, schwarz	

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, kleiner Topf, mittlerer Topf mit Deckel, große Pfanne

1. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in Ringe schneiden. Gurke waschen, schälen und in feine Scheiben hobeln. In einer Schüssel Gurke, Essig, 2 EL Öl, die Hälfte des Schnittlauchs, Zucker und Salz vermengen.
2. Zwiebel halbieren, schälen und in feine Ringe hobeln. In einem Topf mit 3 EL Butter und Zucker auf niedriger Stufe unter gelegentlichem Rühren ca. 15 Min. schmelzen. Mit Salz und Zucker abschmecken und zugedeckt warm halten.
3. Inzwischen Spitzkohl vierteln, Strunk keilförmig ausschneiden, in dünne Streifen schneiden, waschen und trocken schleudern.
4. In einem Topf 2 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und Spitzkohl und Kümmel darin ca. 4 Min. anschwitzen. 100 ml Wasser zugeben, aufkochen, mit Salz und Pfeffer würzen und auf niedrigster Stufe zugedeckt warm halten.
5. Maultaschen in Streifen schneiden. In einer Pfanne 2 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und Maultaschen darin ca. 3 Min. goldbraun anbraten. Spitzkohl und 1 EL Butter zugeben, durchschwenken und mit Salz und Pfeffer würzen.
6. Maultaschen und geschmelzte Zwiebeln auf Tellern anrichten, mit restlichem Schnittlauch bestreuen und mit Gurkensalat servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	644 kcal
Kohlenhydrate	76 g
Eiweiß	18 g
Ballaststoffe	11 g
Fette	30 g