



Schlutzkrapfen mit Schmorzwiebeln und Birnensalat



Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
15min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, gelb	2 St.
Walnusskerne	80 g
Parmesan	50 g
Feldsalat	150 g
Birnen	1 St.
Öl	2 EL
Zucker	1 TL
Salz	
Schlutzkrapfen	800 g
Butter	4 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf mit Deckel, große Pfanne, Salatschleuder, Schöpfkelle

1. Zwiebeln schälen und in sehr dünne Ringe schneiden. Walnüsse grob hacken. Parmesan mit einem Sparschäler hobeln. Salat waschen und trocken schleudern. Birne waschen, halbieren, Kerngehäuse entfernen und in dünne Spalten schneiden.
2. Eine Pfanne auf hoher Stufe erhitzen. Walnüsse darin ohne Fett ca. 2 Min. anrösten und beiseitelegen. In die Pfanne 2 EL Öl geben und auf niedriger Stufe erhitzen. Zwiebeln zugeben, mit 1 TL Zucker und Salz bestreuen und ca. 15 Min. schmoren.
3. Inzwischen in einem Topf ca. 5 l Salzwasser zum Kochen bringen. Schlutzkrapfen darin ca. 5 Min. bissfest garen, mit einem Schaumlöffel aus dem Topf nehmen und abtropfen lassen.
4. In einer Pfanne 4 EL Butter auf mittlerer Stufe erhitzen und ca. 2 Min. erhitzen, bis die Butter leicht braun wird. Schlutzkrapfen in der braunen Butter schwenken und auf tiefe Tellern verteilen. Schlutzkrapfen anschließend mit Schmorzwiebeln, Feldsalat, Birne, Parmesan und gerösteten Walnüssen anrichten und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	873 kcal
Kohlenhydrate	91 g
Eiweiß	25 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	46 g