

## Bratkartoffeln mit Sülze



### ZUTATEN:

- 1 kg Kartoffeln (festkochend)
- 1 TL Salz
- 2 Zwiebeln
- 1/2 Knoblauchzehe
- 100 g durchwachsener Speck
- 0,1 l Teutoburger Raps-Kernöl
- 1/2 Bund Petersilie
- 500 g Schweinskopf-Sülze
- 200 g Remoulade

Kartoffeln schälen, in dünne Scheiben schneiden und gut salzen. Die Zwiebeln schälen und in Streifen schneiden, die Knoblauchzehe fein hacken, den durchwachsenen Speck würfeln. Das Raps-Kernöl erhitzen, die Kartoffelscheiben, die Zwiebeln, den durchwachsenen Speck und den Knoblauch zufügen und unter häufigem, vorsichtigen Wenden schön gleichmäßig goldbraun braten. Mit gehackter Petersilie anrichten. Dazu Sülze mit Remoulade servieren.

Pro Person:

1034 kcal (4326 kJ), 31,4 g Eiweiß, 80,1 g Fett, 43,1 g Kohlenhydrate (3,6 BE)

**GENIESSERTIPP:** Nicht jedes Pflanzenöl ist gleichermaßen zum Braten und Frittieren geeignet. Teutoburger Raps-Kernöl „Heiß Braten“ wird aus einer speziellen Rapsorte mit hohem Anteil an hitzestabiler, einfach ungesättigter Ölsäure hergestellt („high-oleic“). Es kann dadurch sehr hoch und lange erhitzt werden. Durch die schonende Dämpfung hat das Öl einen besonders milden Geschmack.