

## Rezept

# Sattmacher: Himmel und Erde

Ein Rezept von Sattmacher: Himmel und Erde, am 18.12.2025

## Zutaten

<b>800 g</b>	mehlig kochende Kartoffeln	Salz
<b>800 g</b>	säuerliche Äpfel	<b>2 EL</b> Zitronensaft
<b>1 EL</b>	Zucker	<b>40 g</b> durchwachsener Speck
<b>1</b>	1/2 EL Butter	<b>2</b> Zwiebeln
<b>200 ml</b>	Milch	1/4 TL frisch geriebene Muskatnuss
	Pfeffer	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 395 kcal

## Zubereitung

1. Die Kartoffeln waschen, schälen und halbieren oder vierteln. In reichlich Salzwasser in ca. 20 Min. gar kochen.

---

2. Inzwischen die Äpfel vierteln, schälen, entkernen und in Spalten schneiden. Mit Zitronensaft, Zucker und 3-4 EL Wasser in ca. 7 Min. weich dünsten.

---

3. Den Speck ohne die Schwarze klein würfeln und in einer Pfanne mit 1/2 EL Butter bei schwacher Hitze langsam knusprig braten. Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Scheiben schneiden. Zum Speck in die Pfanne geben, goldbraun braten und beiseite stellen. Die Milch vorsichtig erhitzen.

---

4. Die Kartoffeln abgießen, in den Topf zurückgeben, zerstampfen und mit heißer Milch und 1 EL Butter vermischen. Äpfel im Topf zerdrücken, unter den Kartoffelbrei mischen und glatt rühren. Mit Salz, Muskatnuss und Pfeffer abschmecken.

---

5. Speck und Zwiebeln auf dem Kartoffel-Apfel-Brei verteilen. Das Bratfett darüber gießen und sofort servieren. Traditionell isst man dazu gebratene Blutwurst.