

Himmel un Ääd

Kartoffelstampf. Gebratene Flönz. In Malzbier karamellierte Äpfel. Meine moderne Interpretation des traditionellen Kölner Gerichts Himmel und Ääd, setzt auf besonders intensive Aromen im eleganten Gewand. So schmelze ich die Blutwurst, karamellisiere die Äpfel in kölschem Malzbier und serviere das Gericht gerne mit einer süß-herben [Biersauce](#). Für ein wenig Crunch, gibt es obenauf manchmal noch einen knusprigen Apfelchip.



Himmel un Ääd | Foto: Linda Katharina Klein

Zutaten (4 Portionen oder 8 Vorspeisen): 1 Ring Flönz (ca. 500 Gramm) | 1,4 Kilo mehligkochende Kartoffeln | 150 Gramm | Frischkäse | 1 Esslöffel Salz | 2 Äpfel | 8 Esslöffel brauner Zucker | 200 Milliliter Malzbier | 500 Gramm Zwiebeln | 50 Gramm Butter | 0,5 Teelöffel Salz | 2 Esslöffel Apfelessig



Himmel un Ääd | Foto: Linda Katharina Klein

Zubereitung (45 Minuten): 1. Kartoffeln schälen und je nach Größe circa 20 bis 25 Minuten kochen. 2. In der Zwischenzeit Zwiebel schälen, in Ringe schneiden und in Butter und mit zwei Löffeln braunem Zucker glasig braten. Mit Apfelessig ablöschen und einem Teelöffel Salz würzen. 3. Flönz pellen und in circa ein Zentimeter dicke Scheiben schneiden. 4. Kartoffeln abschütten und ausdampfen lassen. 5. In der Zwischenzeit Äpfel halbieren, Kerngehäuse entfernen und in spalten schneiden. 6. Vier Esslöffel braunen Zucker in einer Pfanne schmelzen, dann die Apfelspalten hinzugeben und sofort mit Malzbier ablöschen. 7. Apfelspalten unter vorsichtigem Rühren weichkochen. 8. Währenddessen die Kartoffeln mit Frischkäse und einem Esslöffel Salz grob zerstampfen. 9. Kartoffelstampf mit den karamellisierten Zwiebeln und Apfelspalten anrichten. 10. Die Flönz-Scheiben in der Pfanne kurz anschmelzen, dann oben aufsetzen. 12. Pur oder mit Apfelchip und [Biersauce](#) reichen.

Jetzt noch mehr [Hausmannskost-Gerichte](#), mehr [Fleischgerichte](#) und weitere [Kartoffelgerichte](#) entdecken!

Nährwerte/Portion: 836 Kalorien | 59,6 Gramm Fett | 47,4 Gramm Kohlenhydrate | 23.1 Gramm Eiweiß