

Sauerkraut

Es sind gesammelte Rezepte, teils noch nicht probiert.

Sowie freigeschalteten Rezepte, mit Datum + Namen, vom www.chefkoch.de

teilweise mit den Kommentare , wenn sie zur Aufklärung verschiedener Begriffe beitragen konnten .

Musste teilweise die Überschriften, umstellen/ teilen, damit ich sie besser sortieren konnte.

Bitte um Verständnis.

Fleisch + Fisch ist alles separat zusammen gefasst

Mit freundlichen Grüßen

Hans60

Zusammen gestellt www.hans-joachim60.de Montag, 1. August 2005

Index nicht aktiv

AAA Sauerkraut Herstellung	8
Alles andere	13
Auflauf	31
Backwaren	38
Fisch	41
Fleisch Back- + Teigwaren	56
Fleisch Geflügel	60
Fleisch Hack	70
Fleisch Hirsch	103
Fleisch Rind	104
Fleisch Schwein	114
Salat	223
Suppe	233

Inhaltsverzeichnis

Sauerkraut	1
------------------	---

Index nicht aktiv.....	1
Inhaltsverzeichnis aktiv.....	1
AAA Sauerkraut Herstellung.....	8
Mit Sauerkraut gefüllte Paprika	8
Sauerkraut Herstellung M	9
Weinkraut.....	9
Russisches Kraut	10
Grüne Bohnen.....	10
Karotten / Mohrrüben / Gelbrüben.....	11
Rote Rüben	11
Sellerie	11
Roter Paprika.....	12
Gurken.....	12
Alles andere	13
Belgische Holzfällerpfanne.....	13
Champagnerkraut mit Ananas.....	14
Erbsen mit Kohl	14
Gefüllte Tomaten M.....	15
Geschmortes Sauerkraut M.....	15
Kartoffelgulasch mit Frühlingszwiebeln M	16
Kartoffelstrudel	17
Kochzeiten.....	17
Krautmoppel M.....	17
Paprikaschoten gefüllt mit Sauerkraut 4 Ei M	18
Pommern Spieß mit Pfälzer Kraut.....	19
Sauerkraut 3.....	20
Sauerkraut böhmische Art	20
Sauerkraut Lasagne M	21
Sauerkraut Lasagne mit Paprika M.....	21
Sauerkraut mit Esskastanien M.....	22
Sauerkraut mit Kartoffeln.....	22
Sauerkraut mit Kartoffelpüree M.....	23
Sauerkraut mit Käse M.....	24
Sauerkraut süß sauer.....	25
Sauerkraut ungarischer Art M.....	25
Sauerkrautauflauf mit Kartoffelpüree, M.....	26
Sauerkrautlasagne M	27
Sauerkrautmix mit Radieschen.....	28
Sauerkrautpuffer 1-2 Ei M.....	28
Sauerkrautpuffer 2 Ei M.....	29
Schupfnudeln mit Rahmsauerkraut 1 Ei M.....	29
Sojahackbällchen auf Sauerkrautgemüse 1 Ei.....	30
Auflauf.....	31
Bratäpfel mit Sauerkraut M.....	32
Kartoffelgratin mit Frischkost Sauerkraut M	32
Quark Auflauf Mehmänak M	33
Sauerkraut Auflauf 4 Ei M	34
Sauerkraut Auflauf I M.....	35

Sauerkraut Kartoffelauflauf 3 Ei M	36
Sauerkraut Kartoffelauflauf II M.....	37
Sauerkraut Kartoffelpüreeauflauf M.....	38
Backwaren	38
Bayerische Schupfnudeln 1 Ei	38
Sauerkraut Torte 2 Ei M	39
Sauerkrautküchlein 5 Ei M	40
Sauerkrautquiche 2 Ei M	40
Fisch	41
Fischfilet auf Sauerkrautgemüse mit Kartoffelbrei M	41
Fischfilet Ungarischer Kartoffeltopf M.....	43
Fischfilet, Elsässer M.....	43
Hering Sauerkrautsalat Mayo M.....	44
Lachs auf Rahmsauerkraut M.....	45
Lachs Erbsensuppe mit Sauerkraut M	46
Lachsfilet mit Kartoffelkruste M.....	46
Lachsfilet Schupfnudeln mit Sauerkraut M.....	48
Lachskrusteln 1 Ei.....	49
Räucherlachs Sauerkraut Puffer 1 Ei M	49
Riesengarnelen Sauerkraut mit Zitronengras	50
Rotbarschfilet Sauerkraut Gratin 2 Eigelb M	51
Seelachsfilet- Speck Sauerkrautsuppe M.....	52
Shrimps Mini Quiches mit Sauerkraut 4 Ei M.....	53
Zanderfilet auf Sahnkraut M.....	54
Zanderfilet Sahnkraut M.....	55
Fleisch Back- + Teigwaren.....	56
Bratwurst im Blätterteig	56
Bratwurst im Teigmantel M.....	56
Schinken Sauerkrautstrudel M.....	57
Pökelbraten mit Sauerkraut und Thüringer Klößen	57
Schinkenspeck Sauerkrautbrötchen 1 Ei M.....	58
Speck Krautnudeln.....	59
Speck Krautspätzle	60
Fleisch Geflügel.....	60
Ente mit Weintrauben und Sauerkraut.....	60
Entenbrust auf Ananas Kraut	61
Gänsekeulen auf Sauerkraut aus dem Römertopf	62
Hähnchen Krauthühnchen ungarisch M.....	63
Hühnchen auf Sauerkraut M.....	63
Hühnchen mit Sauerkraut gefüllt	64
Hühnergulasch Szegediner Art M	65
Poularde mit Sauerkraut und Trauben	65
Pute Präsidentensuppe M.....	66
Pute Sauerkrautgratin 2 Eigelb M	67
Putenbrust Rauxeler Sauerkrautauflauf 2 Eigelb M.....	68
Tauben Gefüllte mit 1 Ei+ 1 Eigelb M	69
Fleisch Hack	70
Gehacktes Sauerkrautauflauf 4 Ei M.....	70

Gehacktes Sauerkrautauflauf herzhaft M	71
Hack Sauerkraut Kuchen 3 Ei M.....	72
Hackeintopf mit Sauerkraut	73
Hackfleisch Badischer Sauerkrautauflauf.....	74
Hackfleisch Bosnischer Eintopf	75
Hackfleisch Chili Suppe M	75
Hackfleisch Delikater Sauerkrautauflauf 4 Ei M.....	76
Hackfleisch Gefüllte Paprika M.....	77
Hackfleisch Gratiniertes Sauerkraut 3 Ei M	78
Hackfleisch Himmlischer Sauerkrautauflauf M.....	79
Hackfleisch Kartoffel Auflauf 1 Ei M	80
Hackfleisch Klausenburger	81
Hackfleisch Klausenburger Kraut M	82
Hackfleisch Kohlrouladen mit Sauerkraut 1 Ei M.....	82
Hackfleisch Krautknödel	83
Hackfleisch Krautpfanne M	84
Hackfleisch Krautwickel auf Bosnische Art 1 Ei.....	85
Hackfleisch Maghrebinischer Eintopf I M	85
Hackfleisch Maghrebinischer Eintopf II M.....	86
Hackfleisch Mitternachtssuppe mit Sauerkraut.....	87
Hackfleisch Penner Pfanne M.....	88
Hackfleisch Ratsherrensuppe M.....	88
Hackfleisch Rheinische Lumpensuppe.....	89
Hackfleisch Sauerkraut Eintopf 2 Eigelb M.....	90
Hackfleisch Sauerkraut Pizza I M.....	90
Hackfleisch Sauerkraut Pizza II M	91
Hackfleisch Sauerkraut Topf M.....	92
Hackfleisch Sauerkraut Wickel M	93
Hackfleisch Sauerkrautpudding 1 Ei.....	94
Hackfleisch Sauerkrautsuppe M.....	95
Hackfleisch Sauerkrauttopf mit Pilzen 1 Ei.....	96
Hackfleisch Schnitzel auf Krautnudeln 1 Ei M.....	97
Hackfleisch Topf M.....	98
Hackfleisch Würziger Sauerkrautauflauf M	99
Hackfleischsuppe M	99
Mett Stammtischsuppe M.....	100
Mett Sauerkrautauflauf.....	101
Rinderhack Hefeklöße auf Sauerkraut 1 Ei M	102
Rinderhack Paprika Sauerkraut Topf M.....	103
Fleisch Hirsch	103
Hirschgulasch Sauerkraut Gratin M.....	103
Fleisch Rind	104
Fleisch Bigos	104
Fleisch Schlesischer Bigos	105
Gulasch Dianas Sauerkrautsuppe.....	106
Lebergeschnetzeltes mit Apfelsauerkraut	107
Rind/Schwein Sauerkraut Gulasch M.....	108
Rinderhack Sauerkrautsuppe.....	109

Rindfleisch Borschtsch aus Sibirien M.....	109
Rindfleisch Sauerkrautsuppe nach Art des Braumeisters.....	110
Rindfleisch Stschi M.....	111
Rindsgulasch mit Sauerkraut.....	112
Schtschi M.....	113
Fleisch Schwein.....	114
Bacon Sauerkrautknödel 1 Ei.....	114
Bauchfleisch Bettlergulasch.....	115
Bauchfleischrouladen mit Sauerkraut.....	116
Bratwurst Brät Sauerkrautkroketten mit 6 Ei M.....	116
Bratwurst Gebratenes Sauerkraut.....	117
Bratwurst Schupfnudel Kraut Auflauf M.....	118
Bratwurst Tschechische Sauerkrautsuppe M.....	119
Bratwurstbällchen auf Sauerkraut 4 Ei M.....	119
Bratwurstpfanne mit Sauerkraut.....	120
Bratwurstschüssel, Nürnberger.....	121
Cabanossi Herbsteintopf M.....	121
Cabanossi Pikanter Krautauflauf 2 Ei M.....	122
Cabanossi Sauerkraut Paprika M.....	123
Cabanossi Sauerkrauteintopf M.....	124
Cabanossi Szegediner Sauerkraut Auflauf M.....	125
Cabanossi Wurst Sauerkraut Auflauf 5 Ei M.....	126
Eisbein auf Sauerkraut.....	126
Eisbein Berliner mit Sauerkraut und Erbsenpüree.....	127
Eisbein gebackenes auf Kraut.....	128
Eisbein Haxen ungarisch.....	129
Eisbein in Folie.....	130
Fleisch Altpolnischer Königsbigosz.....	131
Fleisch auf Rotes Sauerkraut.....	132
Fleisch Bigos.....	132
Fleisch Bigos mit Steinpilzen M.....	133
Fleisch Krautkrapfen 2 Ei.....	134
Fleisch Pfundspfanne M.....	135
Fleisch Schlesischer Bigos.....	136
Fleisch Südländischer Eintopf.....	137
Fleischwurst Sauerkrautsalat.....	138
Flomen Zamette mit Sauerkraut.....	138
Grieben Waldviertler Grammelknödel 3 Ei.....	139
Gulasch Dianas Sauerkrautsuppe.....	140
Gulasch mit Sauerkraut + Äpfel.....	141
Gyros Überbackenes Sauerkraut M.....	141
Kasseler Honig mit Ananaskraut M.....	143
Kasseler a la Sommi.....	143
Kasseler auf Aprikosen Kraut.....	145
Kasseler Auflauf mit Sauerkraut M.....	146
Kasseler Bratäpfel mit Sauerkraut M.....	146
Kasseler Elsässer Schlachteplatte.....	147
Kasseler Kartoffel Sauerkraut Auflauf M.....	148

Kasseler Quarkauflauf mit Sauerkraut 4 Ei M.....	149
Kasseler Römertopf Sauerkraut M.....	150
Kasseler Russische Soljanka.....	150
Kasseler Sauerkraut Eintopf M.....	151
Kasseler Sauerkraut Gnocchi.....	152
Kasseler Sauerkraut mal anders.....	153
Kasseler Sauerkraut mit Oliven.....	153
Kasseler Sauerkraut Torte 6 Ei M.....	154
Kasseler Sauerkraut untereinander M.....	155
Kasseler Sauerkrautgratin M.....	156
Kasseler Sauerkrauttopf M.....	157
Kasseler Soljanka M.....	158
Kasseler und Schmand M.....	159
Kasselerauflauf Deftiger M.....	159
Kasselerbraten mit süßer Sauce.....	160
Kochschinkenröllchen gefüllt mit Sauerkraut M.....	162
Leberkäse Strammer Max 4 Ei.....	162
Leberknödel auf Sauerkraut 1 Ei M.....	163
Mettwurst Sauerkraut Auflauf 1 Ei.....	164
Mettwürste Rote Bete Sauerkraut Eintopf M.....	165
Rippchen auf Kraut.....	165
Rippchen, Skateintopf M.....	166
Sauerkrautauflauf mit Kartoffelpüree, M.....	167
Schinken Landsknecht M.....	168
Schinken Sauerkraut Brötchen.....	168
Schinken Sauerkrautauflauf mit M.....	169
Schinken Sauerkrautstrudel 2 Eigelb M.....	170
Schinken Sauerkrauttoast M.....	171
Schinken Szegediner Sauerkrautsuppe M.....	172
Schinken Überbackene Wraps mit Kraut.....	172
Schinken, Sauerkraut.....	173
Schinken, Sauerkraut Kartoffel Rösti 2 Ei.....	174
Schinken, Sauerkraut mit gefüllten Birnen.....	175
Schinkenspeck Sauerkrautpirogen 2 Ei.....	175
Schinkentaschen 1 Ei M.....	176
Schwein Krautwickler.....	177
Schwein Sauerkrautroulade.....	178
Schwein Sauerkrautrouladen M.....	178
Schweinebauch mit Sauerkraut gefüllt.....	179
Schweinebauch Sauerkrautroulade, gegrillt.....	180
Schweinebraten Szegediner 2 Ei.....	180
Schweinebraten Weißkohl Sauerkraut Eintopf.....	181
Schweinebrust Waldviertler Topf.....	183
Schweinefilet Sauerkraut.....	183
Schweinefleisch gekochtes.....	184
Schweinefleisch mit Rauchfleisch und Kraut M.....	185
Schweinefleisch Piroggen 4 Ei.....	186
Schweinefleisch Szegediner Gulasch M.....	187

Schweinefleisch Szegediner Krautfleisch M	187
Schweinefleisch Szeklergulasch M.....	188
Schweinelendchen mit 1 Ei M.....	189
Schweinenacken Schmorkohl.....	190
Schweinenacken Ungarisches Weinsauerkraut M.....	190
Schweinerippchen mit Sauerkrautfülle	191
Schweinerouladen mit Sauerkraut M	192
Schweinerouladen mit Sauerkraut Blutwurstfüllung.....	193
Schweineschnitzel Sauerkraut in Taschen 2 Ei M.....	194
Schweineschnitzel, gefüllt	194
Schweinshaxe auf Sauerkraut.....	195
Schweinshaxe mit Sauerkraut oder Erbsmus	196
Schweinshaxe Sauerkrautpizza 1 Ei + 4 Eigelb M.....	197
Selchfleischknödeln mit Sauerkraut,.....	198
Speck Champagner Kraut.....	199
Speck Elsässer Krautnudeln.....	199
Speck Gebackene Kraut Palatschinken Ei.....	200
Speck gefüllte Laugenstangen 1 Ei M.....	201
Speck Grünwalder Ritterzipfel 3 Eigelb M.....	202
Speck Italienischer Suppeneintopf	203
Speck Kaiserklöße 3 Ei M	203
Speck Käsekrautspeckspatzen M	204
Speck Krautschupfnudeln 1 Ei.....	204
Speck Krautsemmel	205
Speck Rahmsuppe aus Sauerkraut M	206
Speck Salzburger Krautspatzen 1 Ei M.....	206
Speck Sauerkraut Apfel Auflauf	207
Speck Sauerkraut Kartoffel Ragout.....	208
Speck Sauerkraut Kartoffel Schiffe M.....	208
Speck Sauerkraut Knödelrolle 2 Ei + 1 Eiweiß M.....	209
Speck Sauerkrautauflauf M.....	210
Speck Sauerkrautfrikadellen 1 Ei	211
Speck Sauerkrautpuffer 1 Ei M.....	211
Speck Sauerkrautsalat mit Äpfeln.....	212
Speck Schwäbische Gnocchi	213
Speck Tomatisiertes Rieslingskraut	214
Speck Ungarisches Sauerkraut	214
Speck, Bulgarische Sauerkrautsuppe M	215
Speckknödel mit Rahmsauerkraut 2 Ei M.....	215
Szegedinger Gulasch mit Äpfeln M.....	216
Wurst Gemischter Krautkopf M.....	217
Wurst Hessische Schlachtplatte.....	218
Wurst Kartoffel Sauerkraut Gratin 3 Ei M.....	219
Wurst Sauerkraut Auflauf M.....	220
Würste Feuerkartoffeln.....	221
Würste Sauerkraut Paprika Suppe M.....	222
Salat	223
Apfel Sauerkraut Salat	223

Fruchtiger Sauerkrautsalat M.....	223
Kartoffelsalat mit Sauerkraut Mayo M.....	224
Löwenzahnsalat mit Sauerkraut	225
Pikanter Sauerkrautsalat	225
Sauerkraut Ananas Apfel Salat	226
Sauerkraut Salat M	227
Sauerkrautrohkost.....	227
Sauerkrautrohkost mit Ananas	228
Sauerkrautsalat I	228
Sauerkrautsalat II	229
Sauerkrautsalat mit 3 Ei	230
Sauerkrautsalat mit Mungobohnensprossen	230
Sauerkrautsalat mit Roquefort M	231
Sauerkrautsalat mit Wildkräutern.....	232
Sauerkrautsalat mit Zitronenmelisse	232
Wintersalat mit Sauerkraut.....	233
Suppe.....	233
Cremige Sauerkrautsuppe M	233
Feurige Silvestersuppe M.....	234
Gemüsesuppe mit Tofu	235
Imkersuppe M.....	236
Kartoffelsuppe mit Sauerkraut M	237
Pilz Soljanka M.....	237
Sauerkraut Paprika Feta Suppe M	238
Sauerkrautsuppe M.....	239
Sauerkrautsuppe mit Grünkern M	240
Sauerkrautsuppe mit Kürbiskernen 2 Eigelb M.....	240
Sauerkrautsuppe mit Paprika M.....	241
Schwäbische Sauerkrautsuppe M.....	242
Ungarische Sauerkrautsuppe M.....	243
Hinweis für Word.....	243
Hinweis II	244

AAA Sauerkraut Herstellung

Mit Sauerkraut gefüllte Paprika

In Gläser eingelegt

Zutaten für 30 Portionen

2.5 kg Paprikaschote(n)

250 g Salz

300 g Zucker

1.5 Liter Essig (Weißweinessig)

2.25 kg Sauerkraut

12 Lorbeerblätter

12 Zehe/n Knoblauch
n. B. Peperoncini

Zubereitung

Von den Paprikaschoten das obere Ende abschneiden. Das Salz in 5 l Wasser auflösen. Erhitzen. Die Paprikaschoten Portionsweise ins Wasser legen und jeweils fünf bis sechs Minuten kochen. Mit der Öffnung nach unten auf ein Küchengerüst stellen.

2 l Wasser mit Zucker und Essig aufkochen.

Das Sauerkraut, vor allem, wenn es sehr sauer bzw. salzig ist, mit kaltem Wasser abschwemmen und gut ausdrücken. Die Paprikaschoten mit dem Kraut füllen. Aufpassen, dass die Schoten dabei nicht platzen.

Das gefüllte Gemüse in Einkochgläser schichten. Die Lorbeerblätter und geschälten Knoblauchzehen auf die Gläser verteilen. Eventuell noch Peperoncini dazulegen. Den kochendheißen Essigsud über das Gemüse gießen. Die Gläser verschließen und bei 85 Grad eine halbe Stunde einkochen.

Zubereitungszeit: ca. 2 Std.

29.11.03 Muschelkoch

Sauerkraut Herstellung M

25 kg Kraut

150 g Salz

500 ml gute Buttermilch oder Molke

Gewürze

Wachholderbeeren

Kümmel

Dill

Das feingehobelte Kraut, in Lagen gut einstampfen, bis Zellsaft über Beschwerdestein steht.

Zugießen von abgekochtem Salzwasser (auf 1 l Wasser 15 g Salz)

Bzw Molke möglich.

Genussreif nach 4- 6 Wochen .

getestet Hans60, + o k

Weinkraut

Es wird auf die gleiche Weise hergestellt wie Sauerkraut, jedoch an Stelle der Molke wird 1 l Naturreiner Weißwein zugegeben, zusätzlich einige Äpfel geschält + in Scheiben geschnitten.

Zum abdecken werden sauber gewaschene Weinranken + Weinblätter verwendet.

Russisches Kraut

Originalrezept aus dem Kaukasus

Kleine, feste Weißkrautköpfe,
Sellerieknollen + Sellerieblätter,
grüne Tomaten
Zwiebeln
Rote Paprikaschoten
Knoblauch
Pfefferkörner

Weißkohlköpfe vierteln, zusammen mit den grünen Tomaten, rohen Selleriestückchen, Zwiebelringe, Knoblauchzehen + in Streifen geschnittenen roten Paprikaschoten in den Gärtopf schichten.

Aus Sellerieblättern, einigen Pfefferkörner + Salz (25 g auf 1 l Wasser)
Sud kochen + handwarm über Gemüse gießen.

Beschwerungsstein muss gut bedeckt sein.

Blaukraut, **besser Rotkraut genannt**, weil es beim einsäuern eine herrlich **rote Farbe** bekommt

Wird auf die gleiche Weise hergestellt wie Sauerkraut.

Es kann auch als Salat mit Zwiebeln, Majoran, Thymian + Knoblauch gewürzt, wie üblich mit kaltgeschlagenen Öl angemacht, zu Pellkartoffeln + heißen Maronen gereicht werden.

getestet Hans60 + o K

Grüne Bohnen

6- 7 kg Bohnen für 10 l Gärtopf

40 - 50 g Salz

Bohnenbrühe oder Salzwasser mit 15 g Salz auf 1 l Wasser

500 ml Molke zum impfen der Gärung.

Junge Bohnen möglichst ganz, ältere gespalten oder gebrochen einlegen.

Um den in Bohnen enthaltenen **Giftstoff Phasin** zu vernichten, empfiehlt es sich, sie vorher 5 min bei schwacher Hitze zu kochen, sie dürfen nicht zu weich werden.

Sollte sich nicht genügend Saft zeigen, Nachfüllen von Bohnenbrühe oder Salzwasser.

Karotten / Mohrrüben / Gelbrüben

Für 10 l Gärtopf

7,5 kg Karotten, geraffelt

Gewürze

Zwiebeln

Knoblauchzehen

Nelke

Dill

Estragon

Lorbeerblatt

Meerrettichscheiben

Meerrettichblätter zum abdecken,

zum übergießen Salzwasser, (25 g Salz auf 1 l Wasser) ODER
auch Gurkenbrühe,

250 ml Molke

Das Gemüse fest in Topf einstampfen, ohne es zu zerquetschen.

Nach 7 - 8 Wochen genussreif

Rote Rüben

Feingeraffelt,

Zutaten + Herstellung wie bei Gurken.

Mindestens 6 Wochen verschlossen halten,
gären sehr stürmisch, brauchen reichlich Platz dafür

getestet Hans60

Sellerie

Grob oder mittelstark geraffelt,
nicht stehen lassen, da er sich sonst verfärbt.

Zutaten + Herstellung wie bei Gurken

Roter Paprika

Späte, festfleischige Sorten verwenden, die erst im Spätherbst auf den Markt kommen, die frühen Sorten werden weich + unansehnlich
Auch grüner + gelber Paprika verwendbar.

Schoten aufschneiden, Kerne herauskratzen + in ca 1 cm breite Streifen schneiden,
in Gärtopf drücken unter Verwendung von Gewürzen wie
Knoblauch
Pimentkörner
Lorbeerblätter
Meerrettichblättern.

Übergießen mit Salzwasser (25 g Salz auf 1 l Wasser)
Braucht Beschwerungsstein nur gering zu überdecken, weil sich später genug Brühe bildet.

getestet Hans60 + o K

Gurken

Mittellang + fest,
Kerne noch nicht ausgebildet.

Gewürze

Meerrettichscheiben
Knoblauchzehen
Zwiebel
Dill
Estragon
Lorbeerblätter
Nelken
Meerrettichblätter zum abdecken.
Salzwasser zum übergießen mit 25 g Salz auf 1 l Wasser
250 ml Molke

getestet Hans60 + o K

Quelle : Harsch Steinzeugwerk, 7518 Bretten, 3/1989
Gepostet , www.hans-joachim60.de , 30.01.2005

PS

Rote Bete , habe ich erst so wie angegeben gemacht, die Masse wurde mir zu kompakt, im nächsten Jahr dann , in Scheiben, war auch noch nicht so, dann darauf gewürfelt, dann darauf , gewürfelt + in Scheiben. Mir war klein gewürfelt, nachher beim essen lieber, macht aber mehr Arbeit. Ich baute mir die roten Bete selber an, + nahm nicht die runden sondern die länglichen, sie haben mehr Nährstoffe, + werden , wenn man nicht aufpasst riesig.
Ich aß jeden Tag 1 rote Bete + 1 Karotte + 1 Apfel,
meine Frau 1 rote Bete + 2-4 Knoblauchzehen , geraspelt.

Gelagert haben wir rote Bete , genauso wie Karotten.
In Wassertonnen , Dreck (Erde) rein, dann schichtweise Karotten , + andere Tonne rote Bete , soviel wie wir meinten , um bis zur nächsten Ernte aus zu kommen, erst in den Schuppen, als es unter 0 C ging in die Waschküche, ab zu nachsehen, merkt man ja , wenn man die tägliche Fuhre holt, ob die Erde nicht zu trocken ist. Dann eben Wasser rein, darf nicht schwimmen, fault...
Das Grün der Früchte nur abdrehen , **NICHT** schneiden .

Alles andere

Belgische Holzfällerpfanne

Zutaten für 4 Portionen
500 g Kartoffeln
1 Zwiebel(n)
300 g Nudeln (Schupfnudeln)
250 g Sauerkraut
250 g Weißkohl, frisch
Möhre(n), Blumenkohl & Brokkoli als Einlage
Pfeffer, weiß & schwarz
Paprikapulver
Salz
Knoblauch

Zubereitung

Die Kartoffeln schälen, waschen, kochen und dann abkühlen lassen.
Wenn sie erkaltet sind, in Scheiben schneiden und in einer Pfanne zusammen mit der klein gehackten Zwiebel anbraten. Die Nudeln und das

Kraut dazugeben, noch mal scharf anbraten und dann 30 Minuten ziehen lassen. Jetzt das Gemüse mit in die Pfanne geben und noch mal zehn bis 15 Minuten bei mittlerer Hitze garen. Mit den Gewürzen abschmecken.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten
05.08.04 Dragonfly-Lady

Champagnerkraut mit Ananas

Zutaten für 4 Portionen

- 1 kg Sauerkraut
- 2 EL Butterschmalz
- Salz
- 1 Zwiebel(n)
- etwas Zucker
- ¼ Liter Wasser
- 3 Wacholderbeeren
- 200 g Ananas in Stücken
- 2 Flasche Sekt (Piccolo)

Zubereitung

Die kleingeschnittene Zwiebel in Butterschmalz glasig dünsten, bevor das zerpfückte Sauerkraut dazugegeben wird. Mit Salz, Zucker und den zerdrückten Wacholderbeeren würzen, umrühren und sofort mit kochendem Wasser übergießen. Zugedeckt ca. 30 Minuten langsam kochen lassen, das Kraut muss knackig bleiben. Zum Schluss die geraspelten Ananasstücke unterheben und nochmals mit den Gewürzen süßsauer abschmecken. Den Pikkolo über das Kraut geben, umrühren und sofort auf die warme Platte geben.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten
23.04.01 Miguan

Erbsen mit Kohl

Groch z kapusta

Zutaten:

Zubereitungszeit: 40 min

- 750 g Sauerkraut
- 300 g grüne Erbsen
- 3 getrocknete Pilze
- 1 Knoblauchzehe

- Salz, Pfeffer
- Thymian, schwarzer Kümmel

Zubereitung

Die Erbsen über Nacht in Wasser einweichen. Am nächsten Tag 2 Stunden kochen. Das Sauerkraut kochen, die Pilze und die Erbsen hinzufügen. So lange kochen, bis alle Zutaten richtig gar sind. Würzen.

Gefüllte Tomaten M

Zutaten für 4 Portionen

- 8 große Tomate(n)
- 200 g Mozzarella
- 2 EL Öl
- 300 g Sauerkraut
- Pfeffer
- Basilikum

Zubereitung

Die gewaschenen, geputzten Tomaten aushöhlen, Fruchtfleisch sehr klein schneiden, den Mozzarella fein würfeln. Tomaten und Käse zum Sauerkraut geben und mit dem Öl beträufeln. Alles vermengen, pfeffern und in Tomaten füllen. Mit frischem Basilikum garnieren.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten
19.10.03 copo

Geschmortes Sauerkraut M

Zutaten für 4 Portionen

- 1 kg Sauerkraut
- 1 große Zwiebel(n)
- 2 Zehe/n Knoblauch

1 Becher süße Sahne

¼ Liter Wein, weiß (Riesling)

- 1 EL Paprikapulver, edelsüß
- 2 Chilischote(n)

Zubereitung

Zwiebel und Knoblauch klitzeklein hacken, vom Chili die Kerne entfernen und ebenfalls klitzeklein schneiden - sehr wichtig. Das Sauerkraut ausdrücken.

Zwiebel und Knoblauch in Butter andünsten, Paprikapulver dazugeben und gut verrühren! Dann Chili einrühren, Sauerkraut leicht locker zerpfücken und dazugeben - mit Sahne und Weißwein ablöschen. Bei mittlerer Hitze 40 Minuten bei geschlossenem Deckel schmoren lassen.

Danach mit Pfeffer aus der Mühle, etwas Salz und Butter würzen - eventuell noch etwas Flüssigkeit (Sahne oder Wein) dazu.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

16.06.03 mondenkind

Kartoffelgulasch mit Frühlingszwiebeln M

Zutaten für 12 Portionen

2.4 kg Kartoffeln, fest kochende

4 Bund Frühlingszwiebel(n)

5 EL Öl (Olivenöl)

1 EL Paprikapulver, edelsüß

4 EL Tomatenmark

500 ml Gemüsebrühe

1 Dose/n Sauerkraut

Salz

Pfeffer

Kümmel, gemahlener

2 Bund Petersilie, glatte

400 g Sahne, saure

Zubereitung

Kartoffeln waschen, schälen, abspülen und grob würfeln. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in etwa 2 cm lange Stücke schneiden. Öl in einem Bräter erhitzen, Frühlingszwiebeln und Kartoffeln darin leicht anbraten und mit Paprikapulver bestäuben. Tomatenmark hineingeben, verrühren und Gemüsebrühe dazugießen. Sauerkraut hinzufügen und gut verteilen. Die Zutaten mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen und zugedeckt etwa 50 Minuten bei schwacher Hitze kochen lassen. Petersilie abspülen und trockentupfen. Blätter von den Stängeln zupfen und grob hacken. Petersilie zum Kartoffelgulasch geben. Kartoffelgulasch mit saurer Sahne verfeinern und servieren.

Brennwert p. P.: 262

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

26.08.02 Simone Hefner

Kartoffelstrudel

1 Rez. Kartoffelteig
1 Rez. Sauerkraut
50 g Margarine
50 g ger. Semmel

der Kartoffelteig wird auf stark bemehltem Tuch dick ausgerollt, mit in Butter ger. Semmelmehl bestreut, mit dem etwas abgekühlten Sauerkraut gefüllt, aufgerollt + in gefetteter Auflaufform 30 min gebacken

Kochzeiten

Mittwoch, 1. Januar 2003

Da kann man sehen, wie sich die Kochzeiten, im Laufe der Jahre sich änderten,

1937 sollte man das Sauerkraut 2 h , langsam kochen

1940 waren es nur noch 1 h ,

1979 2/3 10-15 min, + 1/3 roh dazu

Krautmoppel M

Zutaten für 4 Portionen

300 g Mehl

½ Würfel Hefe, (oder entsprechende Menge Trockenhefe)

½ EL Salz

¾ Dose/n Sauerkraut

1 kleine Zwiebel(n)

1 Becher saure Sahne, (oder Schmand oder Crème fraîche)

100 g Käse, gerieben (ich nehme Emmentaler)

ml Wasser

Salz und Pfeffer

Kümmel

Zubereitung

Hefe in warmem Wasser auflösen (auch Trockenhefe; geht besser auf, als wenn man sie, wie auf der Packung angegeben, mit Mehl mischt!), mit Mehl und Salz zu Hefeteig verarbeiten. Ca. 1h zugedeckt an einem warmen Ort gehen lassen.

Zwiebel würfeln und in 1 EL Butter glasig dünsten; Sauerkraut zugeben und kurz mitdünsten, vom Herd nehmen, Sahne/Crème fraiche/Schmand und Käse unterrühren und abschmecken.

Hefeteig in 4-5 Portionen aufteilen, zu kleinen runden Fladen formen (ca. 1-1,5 cm dick).

Krautmasse aufstreichen und im vorgeheizten Backofen bei 200°C ca. 20-25 min. backen.

Wer will, kann auch noch angebratenen Speck zu der Masse geben; falls der Belag Euch nicht fest genug ist, einfach noch ein Eigelb unter die abgekühlte Masse rühren.

Schmeckt auch lecker mit Aufback- oder normalen Brötchen!

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

27.11.04 Mausejulchen

Paprikaschoten gefüllt mit Sauerkraut 4 Ei M

Zutaten für 6 Portionen

12 Paprikaschote(n), klein und grün

1 Zwiebel(n)

2 EL Butterschmalz

500 g Sauerkraut, frisch

3 EL Tomatenmark

1 TL Zucker

Salz

Pfeffer, schwarz

200 g Schafskäse

Dill

200 g Crème fraiche

4 EL Öl (Olivenöl)

1 EL Ajvar (Paprikapaste aus dem Glas)

4 Ei

Zubereitung

Von den Paprikaschoten einen kleinen Deckel abschneiden, vorsichtig die Trennwände und Kerne herauslösen. Die Schoten und Deckel waschen, auf den Kopf stellen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Die Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. Das Schmalz erhitzen und die Zwiebelwürfel darin glasig dünsten.

Das Sauerkraut zu den Zwiebeln geben, das Tomatenmark und den Zucker hinzufügen. Alles 3 Minuten unter rühren andünsten. Mit Salz und Pfeffer pikant abschmecken.

Den Schafskäse klein würfeln, den Dill waschen und hacken. Zusammen mit 3 EL Creme fraîche unter das Sauerkraut mischen.

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Eine feuerfeste Form mit 2 EL Olivenöl austreichen. Die Paprikaschoten mit der Sauerkrautmischung füllen und in die Form setzen.

Restliche Creme fraîche mit Ajvar und den Eiern verquirlen, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Masse über die Paprikaschoten gießen. Die Paprikadeckel auflegen. Die Form mit Alufolie abdecken und im vorgeheizten Backofen ca. 50 Minuten garen.

Etwa 10 Minuten vor Ende der Garzeit die Alufolie entfernen und die Deckel der Paprikaschoten mit dem restlichen Öl bestreichen. Vor dem Servieren 10 Minuten ruhen lassen.

Dazu schmeck frisches Fladenbrot oder Baguette.

Brennwert p. P.: 450

Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten

26.04.02 Garfield

Pommern Spieß mit Pfälzer Kraut und geschwenkten Schupfnudeln

Zutaten für 4 Portionen

3 Zwiebel(n)

2 EL Schmalz von der Gans

1 großer Apfel, süß

750 g Sauerkraut

3 Wacholderbeeren

4 Pfeffer (Körner)

1 Lorbeerblatt

150 ml Wein, weiß, Pfälzer

1 TL Zucker

Salz

1 EL Butter

500 g Schupfnudeln, küchenfertig, gekühlt

200 g POMMERN Spieß-Scheiben mit Kruste

Zwiebeln abziehen, würfeln und in erhitztem Gänseschmalz andünsten.

Apfel schälen, vierteln, Kerngehäuse entfernen, fein würfeln und mit dem Sauerkraut dazugeben. Wacholderbeeren, Pfefferkörner, Lorbeerblatt, Wein, Zucker und etwas Salz untermischen. Eine Tasse Wasser angießen und alles bei geringer Hitze abgedeckt ca. 30 Minuten garen. Deckel abnehmen und den Sud etwas einkochen lassen (das Kraut darf jedoch nicht trocken werden). Butter in einer Pfanne schmelzen lassen und Schupfnudeln darin schwenken. Sauerkraut in die Mitte einer großen Platte geben, Schupfnudeln und POMMERN Spieß-Scheiben dekorativ dazu anrichten.

Pro Portion:

EW: 22,1 g

F: 20 g

KH: 35 g

BE: 2,6

Brennwert p. P.: 449

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

04.11.04

Sauerkraut 3

750 g Sauerkraut mit
3 Äpfel geraspelt

250 ml saure Sahne

Sauerkraut böhmische Art

Zutaten für 5 Portionen

1 kg Sauerkraut

330 g Kartoffeln

Wacholderbeeren

Wasser

Kümmel

1.5 EL Mehl

½ EL Dill, gehackt

Sauerkraut in einen Topf geben und mit Wasser bedecken, Wacholderbeeren (gehackt) und Kümmel darunter mengen und nun das Kraut weich kochen.

Kartoffeln (ca. 1/3 der Sauerkrautmenge) schälen, vierteln und in etwas Salzwasser weich kochen. Dann Wasser komplett abgießen, mit Mehl stauben (1 1/2 EL) und nun die Kartoffeln zerstampfen, bis ein homogener, sehr fester Brei entsteht. Nun heißen Sauerkrautsaft dazu mengen, bis ein mäßig flüssiger Brei entsteht. Diesen in das gekochte Sauerkraut einrühren, das Ganze nochmals aufkochen lassen und gehackte Dill (nicht zu knapp - für diese Menge ca. einen guten halben EL) darunter mischen. Das Sauerkraut sollte man vor dem Servieren zweimal aufwärmen (wird immer besser)!

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten

25.03.03 EvaS

Sauerkraut Lasagne M

Zutaten für 4 Portionen

1 Zwiebel(n)

40 g Butter oder Margarine

2 Dose/n Sauerkraut mit Ananas (je 400 g)

500 g Porree, ersatzweise 2 rote Paprikaschoten

2 EL Tomatenmark

Salz und Pfeffer

125 ml Wein, weiß

200 g Schmand

200 g saure Sahne

Lasagneplatte(n) ohne Vorkochen

100 g Käse (Gouda), geraspelt

Zubereitung

Zwiebelwürfel im heißen Fett glasig andünsten. Sauerkraut und Porreeringe (bzw. Paprikawürfel) kurz mitdünsten. Tomatenmark hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen. Wein zugießen. Zugedeckt ca. 12 Minuten dünsten. Schmand und saure Sahne unterrühren und gut vermischen. Abschmecken. Lasagneplatten und Sauerkraut-Gemisch abwechselnd in eine gefettete Auflaufform schichten, mit Sauerkraut abschließen. Mit Käse bestreuen. Bei 180 Grad ca. 30 Minuten backen.

Brennwert p. P.: 750

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

10.01.02 Veramaus

Sauerkraut Lasagne mit Paprika M

Zutaten für 4 Portionen

15 Lasagneplatte(n)

1 Zwiebel(n)

etwas Öl

500 g Sauerkraut

2 Paprikaschote(n), rot

2 EL Tomatenmark

125 ml Gemüsebrühe

150 g Crème fraîche

100 g Käse (Hartkäse), gerieben

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
02.05.05 jane71

Sauerkraut mit Esskastanien M

Für 4 Personen

1 Zwiebel
2 EL Butterschmalz
1 kg Sauerkraut
300 ml Wasser
1 kg Esskastanien
1 l Wasser (für die Kastanien)
Salz

100 g saure Sahne

Zwiebel würfeln und im heißen Butterschmalz glasig dünsten. Sauerkraut gut abtropfen lassen, zusammen mit dem Wasser (300 ml) zu den Zwiebelwürfeln geben und 45 Minuten köcheln lassen. Kastanien in einem Liter Wasser aufkochen, fünf Minuten kochen, herausnehmen und so heiß wie möglich schälen. Kastanien zum Kraut geben, salzen und weitere 15 Minuten köcheln lassen. Kurz vor dem Servieren die saure Sahne unterrühren.

Zubereitungszeit: ca. 90 Minuten

(aus Die Herbstküche, verlag gesund essen)

Sauerkraut mit Kartoffeln

Für 4 Personen

Zutaten:

500 g Kartoffeln, klein geschnitten
500 g Sauerkraut
1/4 l Gemüsebrühe
1 Zwiebel, klein geschnitten
6 EL Öl
Kümmel
Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

Kartoffel kurz in 3 EL Öl anbraten, mit Gemüsebrühe aufgießen, 20 Min. kochen lassen. Sauerkraut und Kümmel hinzugeben und weitere 5 Min. kochen. Zwiebel in 3 EL Öl goldgelb andünsten und über das fertige Essen geben.

Sauerkraut mit Kartoffelpüree M und Wiener Tofuwurstchen

Für 2 Personen

500 g Sauerkraut
1 Zwiebel
1 Apfel (z.B. Boskop)
2 EL Butter oder Margarine
Gemüsebrühekonzentrat
Kräutersalz
Flüssigwürze
1 EL Apfeldicksaft
100 ml naturtrüber Apfelsaft
250 ml Wasser

250 ml Milch

1 Packung Kartoffelpüreepulver
für 500 ml Flüssigkeit
frisch geriebene Muskatnuss
2 Wiener Tofuwurstchen
2 EL körniger Senf

Das Sauerkraut auf ein Sieb geben und mit heißem Wasser abspülen. Danach abtropfen lassen. Die Zwiebel schälen und fein würfeln, den Apfel schälen, entkernen und ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Das Fett in einem Topf erhitzen und die Zwiebel- und Apfelwürfel kurz andünsten. Dann das Sauerkraut sowie Gemüsebrühekonzentrat, Kräutersalz, Flüssigwürze Apfelsaft und Apfeldicksaft zugeben und das Sauerkraut bei mittlerer Hitze etwa 8 Minuten dünsten.

Zwischenzeitlich das Wasser mit der Milch verrühren, drei Viertel der Flüssigkeit in einen Topf geben und aufkochen lassen. Nach dem Erhitzen die restliche Flüssigkeit zugeben und das Kartoffelpüreepulver mit einem Schneebesen einrühren. Das Püree etwa eine Minute quellen lassen. Danach mit Kräutersalz und frisch geriebener Muskatnuss pikant abschmecken. Die Wiener Tofuwurstchen in heißem Wasser etwa 2 Minuten erwärmen.

Das Kartoffelpüree portionsweise zusammen mit dem Sauerkraut und jeweils einem Würstchen dekorativ auf Tellern anrichten. Den Senf dazu reichen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Min.

Sauerkraut mit Käse M

1 Portion

Zutaten

10 g ungehärtete Reformhaus-Pflanzenmargarine
1 mittelgroße Zwiebel
250 g Frischkostsauerkraut (Reformhaus)
2 mittelgroße Pellkartoffeln (gekocht)
etwas Gemüsebrühe (aus Extrakt herstellen, gibt's im (Reformhaus))
Pfeffer
gemahlener und ganzer Kümmel

20-30 g geriebener Käse

evtl. geschnittener Schnittlauch

Fett erhitzen und die geschälte und gewürfelte Zwiebel darin andünsten. Anschließend das Sauerkraut zugeben.

2 Kartoffeln schälen, in sehr dünne Scheiben schneiden, mit dem Sauerkraut vermengen und mit etwas Gemüsebrühe (aus Extrakt, gibts im Reformhaus) angießen.

10-15 Minuten dünsten, mit Pfeffer und Kümmel abschmecken und den geriebenen Käse locker unterheben.

Eventuell mit Schnittlauch bestreuen.

Tipp !

Das Gericht schmeckt auch gut als Auflauf zubereitet.

Die Nährwerte pro Portion (495 g)

Eiweiß: 14.1 g

Fett: 12.7 g

Kohlenhydrate: 28.9 g

Brennwert: 1276 kJ (305 kcal)

Ballaststoffe: 13.8 g

Cholesterin: 9.3 mg

Purine: 28.9 mg

Sauerkraut süß sauer

Zutaten für 4 Portionen

- 1 kleine Zwiebel(n), fein gewürfelt
- 1 EL Öl
- 1 gr. Dose Sauerkraut
- 1 großer Apfel
- 1 EL Senf, mittelscharf
- 1 TL Nelken, gemahlen
- 3 Wacholderbeeren
- 1 Lorbeerblatt
- 6 EL Honig
- Essig, nach Bedarf

Zubereitung

Zwiebel gewürfelt in wenig Öl glasig dünsten, Sauerkraut dazugeben, den Apfel schälen, entkernen, klein schneiden und zugeben. Senf, Nelken, Wacholderbeeren, Lorbeerblatt und Honig dazu geben. Alles gut umrühren und evtl. noch mit etwas Essig aufgießen damit es nicht anbrennt. Etwa 45 Min. kochen lassen. Mit einem Schnellkochtopf (Dampfdrucktopf) geht die ganze Sache noch ein bisschen schneller ca. 10 Min. auf dem 2. Ring garen. Noch besser schmeckt es, wenn man das Ganze dann über Nacht stehen lässt und dann noch mal aufwärmt.

Schmeckt zu Schupfnudeln, Bratwürsten, Blut und Leberwurst.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

03.07.04 PeschiA

Sauerkraut ungarischer Art M

1 kg Sauerkraut locker zupfen + klein schneiden (1/3 davon zurückbehalten)

2 Zwiebeln in

2-3 E Öl golden dünsten

1 rohe Kartoffel reiben

1-2 Tassen Gemüsebrühe

1 t Fruchtzucker

1 T Rosenpaprika

1 T Tomatenmark

Kräutersalz

Pfeffer

Einige Wacholderbeeren alles mischen +

10-15 min garen

zum Schluss das rohe Sauerkraut + die

1/8 l saure Sahne untermischen.

Noch einmal heiß werden lassen, eventuell nachwürzen

Sauerkrautauflauf mit Kartoffelpüree, M

Fleischwurst und Tomatensoße

Auch für Vegetarier geeignet, da die Fleischwurst durch Tofu ersetzt werden kann.

Zutaten für 6 Portionen

2 kg Kartoffeln, (bei Eile alternativ 2 Päckchen Maggi-Kartoffelpüree für je 3-4 Pers.)

500 g Fleischwurst, / alternativ Tofu gewürzt

1 gr. Dose/n Sauerkraut, oder 750 g frisches

2 EL Butter oder Margarine

Für die Sauce:

5 EL Wein, weiß

½ Liter Wasser

2 Msp. Thymian

1 kleines Lorbeerblatt

2 Gewürznelken

2 Stück Zitrone(n) - Schale

2 Pck. Fertigmischung für Tomatensoße (besser schmeckt natürlich frische)

2 Prisen Zucker

2 TL Madeira

2 EL Sahne

Zubereitung

Aus den Salzkartoffeln (oder bei Eile aus den Päckchen) einen guten -mit Butter- Kartoffelpüree zubereiten und die Eier gleichmäßig unterrühren, die Hälfte des Pürees in eine große, gebutterte Auflaufform füllen. Die Wurst würfeln (Tofu würfeln und nach Geschmack würzen) in Butter anbraten, mit dem Sauerkraut mischen und auf den Kartoffelpüree geben. Den restlichen Püree auf die Sauerkrautfüllung geben, glatt streichen, mit Butterflöckchen belegen und im Backofen bei 225 - 250° Ober/Unterhitze ca. 45 - 50 Min. backen. Den Auflauf gibt man mit Tomatensoße zu Tisch, die wie folgt zubereitet wird:

Zutaten siehe oben. (Alternativ eine frisch zubereitete Tomatensoße)

Wein und Wasser erwärmen, Gewürze dazu geben, Tomatensoße nach Anweisung darin zubereiten, Lorbeerblatt, Nelken und Zitronenschale herausnehmen und mit Zucker, Madeira und Sahne abschmecken.

Dieser Auflauf lässt sich wunderbar vorbereiten und wird erst bei Bedarf in den Ofen geschoben!

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
03.10.04 Sibylle-Monika

..... oh, die Eier sind verloren gegangen. Sorry!
Für 1 kg Kartoffeln oder 1 Päckchen Püree werden 2 Eier benötigt, die unter das fertige Püree gerührt werden.
Guten Appetit wünscht Euch Sibylle 30.06.2005 21:55

Sauerkrautlasagne M

vegetarisch

Zutaten für 4 Portionen
500 g Sauerkraut
125 ml Zitronensaft
2 Zwiebel(n), geschält und gehackt
2 EL Tomatenmark

200 g Crème fraîche

200 g Schmand

200 g Käse, geriebenen

Lasagneplatte(n), je nach Größe der Auflaufform
Öl
Salz und Pfeffer
Zucker oder flüssiger Süßstoff

Zubereitung

Zwiebeln im heißen Öl anschwitzen. Mit Zitronensaft ablöschen und das Tomatenmark hinzugeben. Sauerkraut unterrühren und bei geringer Hitze ca. 5 Minuten köcheln lassen. Schmand und Creme fraîche dazugeben und alles gut vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit Zucker oder Süßstoff soweit süßen, wie es Euch schmeckt. In eine gefettete Auflaufform eine Schicht Lasagne - Platten legen. Darauf ein Drittel Sauerkrautmasse verteilen. Dann wieder Lasagneplatten und Sauerkraut. Noch mal Lasagneplatten und als letzte Schicht das restliche Sauerkraut. Mit geriebenem Käse bestreuen und ggfs. Butterflöckchen auf der Lasagne verteilen. Die Lasagne ca. 30 - 40 Minuten im Ofen backen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
16.03.04 nashi

Sauerkrautmix mit Radieschen

2 Portionen

Zutaten

1 Apfel
1/2 Glas Sauerkrautsaft (Reformhaus)
ca. 5 Radieschen grob geraspelt
1 EL geschnittener Schnittlauch

Einen Apfel vorbereiten und durch die Zentrifuge geben.
Mit 1/2 Glas Sauerkrautsaft aufgießen.
Die Radieschen und die Schnittlauchröllchen zugeben.

Die Nährwerte pro Portion (121 g)

Eiweiß: 0.7 g
Fett: 0.3 g
Kohlenhydrate: 7 g
Brennwert: 147 kJ (35 kcal)
Ballaststoffe: 1.6 g
Cholesterin: 0 mg
Purine: 5 mg

Sauerkrautpuffer 1-2 Ei M

4 Portionen

Zutaten

2 mittelgroße Kartoffeln (200 g)
1 mittelgroßer Apfel (150 g)
1 mittelgroße Zwiebel
(250 g) Frischkostsauerkraut (Reformhaus)

1-2 Eier

2 EL Weizenvollkornmehl (Reformhaus)
Meersalz

150 g saure Sahne

1 Bund Schnittlauch
schwarzer Pfeffer aus der Mühle
Kokosfett zum Braten

2 Kartoffeln und einen Apfel fein reiben. Eine Zwiebel fein schneiden, das Frischkostsauerkraut gut ausdrücken und untermischen.
1-2 Eier, 2 Esslöffel Weizenvollkornmehl und Meersalz zu einem Teig verarbeiten.

Circa 1/2 Stunde stehen lassen, dann in heißem Kokosfett acht mittelgroße Puffer braten.

Zwischenzeitlich die saure Sahne mit einem Bund geschnittenem Schnittlauch und schwarzem Pfeffer verrühren und jeweils zu den Puffern servieren.

Die Nährwerte pro Portion (223 g)

Eiweiß: 6.1 g

Fett: 6 g

Kohlenhydrate: 17.1 g

Brennwert: 638 kJ (152 kcal)

Ballaststoffe: 5.1 g

Cholesterin: 73.4 mg

Purine: 11.4 mg

PS: mache das Rezept doppelt, verwende dann aber Buchweizenmehl oder Maismehl, backe diese dann auf Backpapier , auf Backblech , bei 160°C Umluft, goldgelb . Hans60

Sauerkrautpuffer 2 Ei M

2 mittelgroße Kartoffeln +

1 Mittel Apfel fein reiben

1 Zwiebel fein schneiden

250 g Sauerkraut ausdrücken + untermischen

1 -2 Eier +

2 Ei Vollkornmehl + Kichererbsen+ Soja+ Buchweizen

Meersalz + alles zu einem Teig verarbeiten

150 g Saure Sahne/ Kefir mit

1 Bd. geschn. Schnittlauch +

schwarzen Pfeffer verrühren + jeweils zu den Puffern servieren.

Kokosfett zum braten

In Backofen ca 190 ° Umluft

Sonntag, 25. Mai 2003. 12.02.2004 Hans60

Schupfnudeln mit Rahmsauerkraut 1 Ei M

Zutaten für Portionen

500 g Kartoffeln, mehlig

125 g Mehl

Salz

Muskat, nach Geschmack

1 Ei

1 Dose/n Sauerkraut

Salz

Pfeffer, weiß

Kümmel

1 Becher Sahne

1 Würfel Brühe (Suppenwürfel)

Zubereitung

Kartoffeln am Vortag kochen, schälen und durch die Kartoffelpresse drücken. Die restlichen Zutaten zu einem dicken Teig verkneten. Abschmecken. Ca. 1 El. der Masse zwischen den Händen reiben damit die typische Form entsteht. (wer sie nicht kennt, die Form ist die gleiche wie bei Vanillekipferl - nur nicht gebogen)

Die geformten Schupfnudeln in siedendes Salzwasser geben und kurz aufkochen lassen. Herausnehmen und abtropfen lassen. Danach die Schupfnudeln in Butterschmalz schön goldgelb braten.

Das Sauerkraut mit dem Brühwürfel und dem Kümmel in wenig Wasser gar kochen. Wenn die Brühe ganz reduziert ist, den Becher Sahne zufügen, mit Salz und Pfeffer würzen. Das Rahmsauerkraut noch etwas köcheln lassen, damit die Sahne ebenfalls reduziert. Das Sauerkraut ist fertig, wenn es sämig ist, aber nicht mehr tropft.

Mit den gebackenen Schupfnudeln servieren.

Man kann selbstverständlich auch fertige Schupfnudeln aus dem Kühlregal nehmen.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

21.06.03 DorisD

Sojahackbällchen auf Sauerkrautgemüse 1 Ei

Zutaten:

150 g Sojagranulat

250 ml Gemüse-Hefebrühe

4 EL Vollkornsemmelbröseln

1 Ei

1 Zwiebel

2 EL Sonnenblumenkerne

2 TL Rapskernöl

1 Knoblauchzehe

1/2 TL Kräuter der Provence
Jodsalz, Pfeffer aus der Mühle
1 rote Zwiebel
2 Karotten
200 g Sauerkraut
100 ml Gemüsebrühe
60 g vegetarische Pastete Champignon
2 EL Mango-Vollfruchtsaft
Kümmel
Kräuter zum Garnieren

Zubereitung:

Schritt 1:

Das Sojagranulat in der Gemüse-Hefebrühe etwa 20 Minuten quellen lassen. Dann gut ausdrücken, in eine Schüssel geben und mit den Vollkornsemmelbröseln und dem Ei vermischen. Inzwischen die Zwiebel abziehen, fein würfeln und mit den Sonnenblumenkernen in 1 Teelöffel vom Rapskernöl anschwitzen.

Schritt 2:

Den Knoblauch abziehen und durch eine Knoblauchpresse zu den Zwiebeln drücken. Die Mischung in die Schüssel zu den übrigen Zutaten geben und mit Kräuter der Provence, Jodsalz und wenig Pfeffer würzig abschmecken. Aus der Masse 8 kleine Bällchen formen und in kochendem Salzwasser 20 Minuten bei geringer Hitzezufuhr gar ziehen lassen.

Schritt 3:

Für das Sauerkrautgemüse die rote Zwiebel abziehen und in Streifen schneiden. Die Karotten schälen und ebenfalls in Streifen schneiden. Das übrige Rapskernöl erhitzen und die Zwiebeln und die Karotten darin glasig dünsten. Das Sauerkraut zufügen, mit wenig Gemüsebrühe auffüllen und bissfest dünsten. Die vegetarische Pastete und den Mango-Vollfruchtsaft dazugeben und mit Kümmel, Jodsalz und Pfeffer würzig abschmecken.

Schritt 4:

Das Sauerkrautgemüse auf vorgewärmten Tellern anrichten und die Sojahackbällchen darauf verteilen. Mit frischen Kräutern garnieren.

Auflauf

Bratäpfel mit Sauerkraut M

Für 2 Personen

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten + ca. 20 Minuten Backzeit

4 große, rote Äpfel
400 g frisches Sauerkraut
1 Zwiebel

2 EL Butter

100 ml Apfelsaft
2 EL Apfeldicksaft

50 g Blauschimmelkäse

100 g Crème fraîche

Kräutersalz

Äpfel waschen, einen kleinen Deckel abschneiden und mit einem Kugelausstecher bis auf einen 1 cm dicken Rand aushöhlen. Fruchtfleisch kleinschneiden.

Sauerkraut waschen, abtropfen lassen und klein schneiden.

Zwiebel würfeln und in der Butter glasig dünsten. Apfelstücke und Sauerkraut zugeben und kurz anbraten.

Sauerkrautmischung mit Apfelsaft ablöschen und mit Dicksaft und Kräutersalz würzen. Zugedeckt bei schwacher Hitze 10 Minuten dünsten.

Sauerkraut in die Äpfel füllen und diese in eine gefettete Form setzen. Blauschimmelkäse mit einer Gabel zerdrücken, mit Crème fraîche und Kräutersalz verrühren und auf die Äpfel geben.

Im Ofen bei 200 °C (Heißluft 180 °C) etwa 20 Minuten backen.

Kartoffelgratin mit Frischkost Sauerkraut M

4 Portionen

Zutaten

400 g Kartoffeln

1 Becher Crème fraîche (150 g)

Meersalz

schwarzer Pfeffer aus der Mühle

frisch geriebene Muskatnuss

2 Stängel glatte Petersilie

1 große Zwiebel

1 EL ungehärtete Reformhaus-Pflanzenmargarine

ca. 500 g Frischkost-Sauerkraut
1 Tasse Gemüse-Hefebrühe (Extrakt gibt's im Reformhaus)

50 g geriebener Käse (z.B. Parmesan)

1 Apfel
einige Wacholderbeeren

Kartoffeln in wenig Wasser circa 30 Minuten garen, etwas abkühlen lassen, schälen und in dünne Scheiben schneiden.

Einen Becher Crème fraîche mit Meersalz, frisch geriebenem Muskat, schwarzem Pfeffer aus der Mühle und zwei Stängeln feingehackter, glatter Petersilie sehr gut verrühren.

Eine große Zwiebel schälen, fein würfeln und in heißem Fett anschwitzen.

Das grobgeschnittene Sauerkraut dazugeben und kurz mitdünsten.

Einen Apfel in feine Scheiben schneiden und mit einigen Wacholderbeeren zum Sauerkraut geben.

Mit einer Tasse Gemüsebrühe angießen und bei geringer Energiezufuhr circa 10 Minuten köcheln lassen.

Die Kartoffelscheiben und das Sauerkraut abwechselnd in einer gefetteten Auflaufform übereinanderschichten.

Die Crème fraîche darübergießen und den Auflauf im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad circa 30 Minuten backen.

10 Minuten vor Ende der Garzeit mit dem geriebenen Käse bestreuen.

Die Nährwerte pro Portion (356 g)

Eiweiß: 9.2 g
Fett: 20.2 g
Kohlenhydrate: 19.4 g
Brennwert: 1276 kJ (305 kcal)
Ballaststoffe: 7.6 g
Cholesterin: 44.3 mg
Purine: 16.3 mg

Quark Auflauf Mehmänak M

3 Portionen

500 g Magerquark

400 g Kartoffeln
400 g Sauerkraut
300 g griechischen Feta (Ziege- + Schaf)
1 Ananas
20 g küchenfertigen Ingwer
85 g grüne Oliven mit Paprika
2 El Condimento Balsamico Bianco
2 El Tamari / Sojasoße

3 a 0,75 l feuerfeste Schüsseln
Olivenöl

Ziegenkäse oder **Mittelalten Gauda**
Paprikagranulat

Kartoffeln fein raspeln.
Sauerkraut grob wiegen .
Ananas würfeln
Feta würfeln.
Ingwer + Oliven fein wiegen.
Käse grob raspeln.

Von Magerquark bis Tamari miteinander vermischen, + in drei mit Olivenöl eingefettete feuerfeste Formen geben. Mit Käse bedecken + mit Paprikagranulat bestreuen.

In den kalten Backofen bei ca 160°C Umluft ca 50 min backen.

Bei Ober- + Unterhitze vorheizen auf ca 180°C + 35-40 min backen.

Mittwoch, 27. Juli 2005 eigenes Rezept

Sauerkraut Auflauf 4 Ei M

Portion/en: 4

500 g Kartoffeln
Salz
1 Dose Sauerkraut (480 g Abtropfgewicht)

4 Ei

80 g geraspelter Greyerzer-Käse
Pfeffer

Kartoffeln waschen und schälen, in Salzwasser ca. 20 Minuten garen.
Abgießen, durch die Kartoffelpresse drücken. Sauerkraut abtropfen lassen,

kleinschneiden und zufügen. Alles vermengen. Eier trennen. Eigelb und Käse unter die Kartoffel Sauerkrautmasse rühren. Würzen. Eiweiß steif schlagen. Eischnee unterheben. In eine hohe gefettete Auflaufform (20 cm) füllen.

Bei 200 Grad ca. 40 Minuten backen.

Pro Person ca. 300 kcal (1260 kJ).
Zubereitungszeit: ca. 1 1/4 Stunden

* aus "Für Sie" 20/92

Sauerkraut Auflauf I M

400 g vorwiegend fest kochende Kartoffeln
1 Lorbeerblätter
Salz
1/2 EL Butter
125 g Julienne-Gemüse
(Karotten, Lauch u. Sellerie in Streifen geschn.
1/2 TL frische Thymianblättchen
2 kleine süß-saure Äpfel,
200 g Sauerkraut aus der Bedienungstheke
1/2 TL frische Majoranblättchen
75 g Frischkäse von BIO WERTKOST
1,5 EL Käse, gerieben

zum Bestreuen:

1/2 EL Petersilie
1 Prise Paprika

Arbeitsmaterial:

1 kleine Auflaufform

Zubereitung

Kartoffeln etwa 20 Minuten in Salzwasser mit 2 Lorbeerblättern nicht ganz weich kochen und kurz abkühlen lassen. Dabei den Topf nur etwa ein Drittel mit Wasser füllen, so dass die Kartoffeln überwiegend im Wasserdampf garen. Backofen auf 175 Grad Innentemperatur vorheizen. Gemüse in Öl mit Thymian bei milder Hitze andünsten. Die Äpfel vierteln, entkernen und in Würfel schneiden. Sauerkraut in 5 cm lange Abschnitte schneiden. Gemüse leicht salzen und die Äpfel, das Sauerkraut und den Majoran unter-

heben. Die gegarten Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Hälfte der Kartoffeln in die gefettete Auflaufform legen. Die Sauerkrautmasse hineinfüllen und die restlichen Kartoffelscheiben darüber legen. Frischkäse mit 3 EL Wasser verrühren und über den Auflauf streichen, pfeffern und mit Käse bestreuen. 20 Minuten auf der mittleren Stufe überbacken, die letzten 5 Minuten auf 200 Grad erhöhen. Vor dem Servieren mit Petersilie und Paprika bestreuen.

Zubereitungszeit
Vorbereitungszeit: 20 min.
Zubereitungszeit: 25 min

Pro Portion: 425 kcal
nur 84 mg Cholesterin
2,8 BE

Sauerkraut Kartoffelauflauf 3 Ei M

4 Portionen

Zutaten

20 g Butter oder ungehärtete Reformhaus-Pflanzenmargarine
1 mittelgroße Zwiebel
500 g Frischkostsauerkraut (Reformhaus)
ganzer Kümmel
4-6 Pellkartoffeln

3 Eier

200-250 ml Milch

100 g Quark (20% F)

Meersalz
Muskat
Pfeffer aus der Mühle
2 mittelgroße Tomaten

50 g geriebener Käse (z.B. mittelalter Gouda)

Fett erhitzen, eine gewürfelte Zwiebel darin andünsten.
Sauerkraut auseinander zupfen und zugeben.
Mit Kümmel abschmecken, kurz andünsten.
Mit den geschälten, gewürfelten Pellkartoffeln vermengen und in eine gefettete Auflaufform geben.
3 Eier, Milch und Quark vermengen, mit Salz, Muskat und Pfeffer abschmecken und die Masse über den Auflauf verteilen.
Mit Tomatenscheiben von 2 Tomaten belegen und mit geriebenem Käse bestreuen.

Im vorgeheizten Backofen bei 225 Grad circa 25 Minuten überbacken.

Tipp !

Dazu passt eine Tomatensoße.

Die Nährwerte pro Portion (405 g)

Eiweiß: 16.4 g

Fett: 20.1 g

Kohlenhydrate: 17.6 g

Brennwert: 1360 kJ (325 kcal)

Ballaststoffe: 6.7 g

Cholesterin: 218.8 mg

Purine: 15.5 mg

Sauerkraut Kartoffelauflauf II M

Zutaten (für 4 Portionen)

1000 g Kartoffeln

2 EL Halbfettbutter

2 g Zwiebeln

200 g Sauerkraut

6 Tomaten

Sauce:

1/8 l Kondensmilch

1/8 l saure Sahne oder Creme legere

1/2 TL Kräutersalz, Pfeffer, Basilikum, Pfeffer, Petersilie

1/2 TL Paprikagewürz

Zubereitung

Kartoffeln (evtl. mit der Schale; je nach Geschmack) in dünne Scheiben schneiden. Zwiebeln würfeln und in der Butter goldgelb dünsten. Tomaten in Scheiben schneiden. Alle Zutaten mit dem Sauerkraut abwechselnd in eine leicht gebutterte flache Auflaufform schichten. Mit Kartoffeln abschließen. Die fertige Soße übergießen. (Zum Schluss evtl. noch Butterflöckchen aufsetzen; aber nicht mitberechnet!) Bei 180-200 Grad ca. 45 Min. backen.

Nährwerte pro Portion 303 kcal, 7g Fett, 20,79 Fett %

Sauerkraut Kartoffelpüreeauflauf M

1 Dose Sauerkraut
Tütenkartoffelpüree
oder selbstgemachtes mit fettarmer Milch
und ohne Butter (oder nur ein wenig)
2 Tl. Olivenöl

Zubereitung

Sauerkraut nach Geschmack würzen und in eine Auflaufform geben. Kartoffelpüree nach Packungsanweisung (oder selbstgemachtes) fertigbereiten und auf das Sauerkraut geben.

Das Olivenöl auf dem Püree verstreichen und alles für ca. 15 min. in den Backofen geben, bis die Kartoffelkruste leicht braun wird.

Kalorienzahl weiß ich leider nicht, aber laut der WW` s hat das Essen nur 3 gelbe "Punkte".

Backwaren

Bayerische Schupfnudeln 1 Ei

Für 3 Personen

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

500 g vorwiegend fest kochende Pellkartoffeln vom Vortag

1 Ei

100 g ausgesiebtetes Weizen-Vollkornmehl

Meersalz

etwas frisch geriebene Muskatnuss

250 g Sauerkraut

1 Zwiebel

3 EL Butter

1 Kartoffeln pellen und durch eine Presse drücken.

2 Ei und Mehl untermengen und mit Salz und Muskatnuss würzen.

3 Aus dem Teig etwa 3 cm lange, fingerdicke Röllchen formen.

4 2 Liter Salzwasser aufkochen. Teigröllchen portionsweise darin kochen, bis sie an die Oberfläche aufsteigen. Mit einem Schaumlöffel herausheben und abtropfen lassen.

5 Sauerkraut auf ein Sieb geben, abspülen und abtropfen lassen.

6 Zwiebel schälen und würfeln.

7 Einen Esslöffel Fett erhitzen. Zwiebelwürfel darin andünsten. Sauerkraut zugeben und bei mittlerer Hitze zugedeckt andünsten. Eventuell etwas Wasser angießen, damit das Kraut nicht ansetzt.

8 Schupfnudeln in der restlichen heißen Butter schwenken und zum Sauerkraut servieren.

Sauerkraut Torte 2 Ei M

Zutaten für 3 Portionen

250 g Blätterteig, tiefgekühlt

300 g Sauerkraut frisch oder aus der Dose

1 Zwiebel(n)

1 Paprikaschote(n) grüne und rote

2 Ei

1 Becher Crème fraîche

50 g Walnüsse, gehackt

100 g Käse (Gorgonzola)

20 g Gemüsebrühe oder Hühnerbrühe, Instant

2 EL Öl

Salz und Pfeffer

Muskat

Zubereitung

Das Sauerkraut im Öl erhitzen und Brühe dazugeben. Alles zusammen 10 Min. schmoren lassen. Paprika in Streifen schneiden und 5 Min. mitschmoren lassen. Den Blätterteig in eine Springform (Durchmesser 26 cm) auslegen und einen etwa 3 cm hohen Rand formen. Die Springform in den vorgeheizten Ofen (200 C) für 10 Min. stellen. Eigelb mit dem Creme Fraiche, Pfeffer, Salz, Muskat vermischen und steif schlagen. Die Masse auf den Teig streichen und dann das Sauerkraut darauf verteilen. Nüsse und Gorgonzola drüberstreuen.

Dann das Ganze bei 200 C für 30 Min. im Ofen fertig backen. Guten Appetit!

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 15 Minuten
29.04.02 Eierkeks

Sauerkrautküchlein 5 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

250 g Mehl

125 g Butter, kalte

5 Ei

Salz und Pfeffer

3 EL Milch

400 g Sauerkraut

3 Schalotte(n)

2 EL Öl

20 g Butter

1 TL Kümmel

100 ml Sahne

Zubereitung

Aus Mehl, Butterflöckchen, 2 Eiern, Salz und Milch einen glatten Teig kneten, zugedeckt 30 Minuten kühl stellen. Sauerkraut abtropfen lassen und klein schneiden, die Schalotten schälen und würfeln. Öl und Butter erhitzen, Schalotten und Sauerkraut darin andünsten, Kümmel unterheben. Das Kraut auf Küchentrepp ausbreiten und trocken tupfen. 12 Torteleitförmchen sehr gut ausbuttern. Den Teig ausrollen und die Förmchen damit auskleiden, das Sauerkraut hineingeben. Sahne und Eier verquirlen, mit Salz und Pfeffer würzen und über das Sauerkraut gießen. Im vorgeheizten Backofen bei 210 Grad 15-20 Minuten backen. Nur kurz abkühlen lassen und die Küchlein vorsichtig aus den Formen lösen. Warm oder kalt als Party-Snack servieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
30.05.04 eba007

Sauerkrautquiche 2 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

Für den Teig:

2 Pck. Blätterteig (Rollen) , frisch (Menge muss ausreichen, um eine große Pie Form mit Rand auslegen zu können), oder
1 Pkt. Blätterteig, tiefgekühlter

Für den Belag:

2 Zwiebel(n)
1 kg Sauerkraut
1 Lorbeerblätter
4 Wacholderbeeren

Für den Guss:

30 g Mehl

200 ml Milch

100 ml Sahne

2 Ei

Brühe, gekörnte
Pfeffer

Den Backofen auf 220°C vorheizen.

Teig: Eine große Pie Form mit Backpapier auslegen und aus dem Blätterteig einen hochgezogenen Boden zurechtstückeln. Bleibt ein Rest Blätterteig übrig, in Streifen schneiden und ganz zum Schluss gitterartig über die Pie legen.

Belag: Die Zwiebeln fein würfeln und anbraten, wer möchte, einen großen Apfel würfeln und dazugeben. Sauerkraut mit andünsten, mit gekörnter Brühe und Pfeffer leicht würzen. Lorbeerblatt und Wacholderbeeren dazugeben, dünsten bis fast keine Flüssigkeit mehr vorhanden ist. Das Kraut auf dem Teigboden verteilen, den Guss anrühren und angießen, eventuell die Blätterteigstreifen auflegen. Bei 220 °C im vorgeheizten Backofen 30-40 min backen, nach 20 min Pergamentpapier auflegen, sonst wird's zu dunkel.

Klappt wunderbar und ist gästetauglich!

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

18.10.03 lazuli

Fisch

Fischfilet auf Sauerkrautgemüse mit Kartoffelbrei M

2 Pers

1 TL Rapsöl
1 kleine rote Paprika
1/4 Bund Frühlingszwiebeln
1 kleines Lorbeerblatt
375 g Sauerkraut
1 Tassen Vitasur Apfelessig-Trunk
1/2 TL frischen Majoran

Für die Fischmarinade:

1 TL Rapsöl
1 TL feingehackten Dill
1 TL feingehackten Liebstöckel
400 g Fischfilet Ihrer Wahl
Salz

Für den Kartoffelbrei:

400 g vorwiegend fest kochende Pellkartoffeln vom Vortag
1 EL Schnittlauchröllchen
1/2 Tasse Gemüsebrühe von BIO WERTKOST
1 Ei Gehackte Petersilie
1 Msp. Muskat

50 ml Sahne

Pfeffer und Salz

Arbeitsmaterial:

1 Kasserolle

Zubereitung

Paprika in Würfel und Zwiebeln in feine Ringe schneiden. Öl in der Kasserolle erwärmen, zunächst Paprika, dann die Zwiebeln und zerbröseltes Lorbeerblatt zugeben. 3 Minuten glasig dünsten. Sauerkraut in 5 cm lange Abschnitte schneiden und zum Zwiebelgemüse geben. 10 Minuten bei mittlerer Hitze andünsten, dabei immer wieder rühren, mit Vitasur Apfelessig-Trunk ablöschen. 15 Minuten leise köcheln lassen. Fischfilet leicht salzen, Öl mit den gehackten Kräutern verrühren und über dem Fischfilet verteilen. Das Filet je nach Dicke 5 bis 8 Minuten vor Ende der Garzeit auf das Sauerkrautgemüse legen, zudecken und bei milder Hitze ziehen lassen. Pellkartoffeln schälen und durch die Presse drücken. Die übrigen Zutaten unterrühren, erwärmen und abschmecken.

Pro Port: 455 Kcal

nur 100 mg Cholesterin

3,49 BE

Fischfilet Ungarischer Kartoffeltopf M

Zutaten für 4 Portionen

750 g Pellkartoffeln

850 g Sauerkraut

750 g Fischfilet

50 g Schmalz

2 Zwiebel(n)

2 EL Tomatenmark

1 EL Paprika-Würzpaste

2 EL Fischgewürz

1 EL Bratkartoffelgewürz

300 g Crème fraîche

1 EL Paprikapulver, süß

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Pellkartoffeln schälen und in Scheiben schneiden.

Schmalz erhitzen und die geschälten und gewürfelten Zwiebeln darin andünsten. Tomatenmark, Paprika-Würzpaste und Sauerkraut zugeben und 15 Min. köcheln lassen. Evtl. etwas Wasser angießen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Dann alles in eine Auflaufform füllen, Fischfilet in Würfeln und mit Gewürz bestreut darauf verteilen. Jetzt die Kartoffelscheiben auflegen und würzen. Mit Creme fraîche bestreichen und im Ofen bei 180 Grad ca. 50 Min. garen. Zum Schluss mit Paprikapulver bestreuen.

Zubereitungszeit: ca. 80 Minuten

15.01.01 Sonja*

Fischfilet, Elsässer M

Zutaten für 4 Portionen

700 g Fischfilet

1 kg Sauerkraut

6 Scheibe/n Schinken, gekocht

100 g Mehl
50 g Margarine

250 ml Milch

250 ml Fleischbrühe

60 g Käse, gerieben

Zitronensaft
Salz
Pfeffer, gemahlen
einige Pfeffer - Körner
etwas Margarine, zum Braten

Zubereitung

Das Sauerkraut mit einigen Pfefferkörnern in Wasser ohne Fett garen und gut abtropfen lassen.

Die Fischfilets mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen, in Mehl wenden. Etwas Margarine schmelzen und Fischfilets darin zart braten.

Sauerkraut in eine feuerfeste Form geben, Fischfilet darauf anrichten und die Schinkenscheiben über das Fischfilet geben.

Aus 50 g Margarine und 50 g Mehl eine Schwitze bereiten, mit Milch und Brühe auffüllen, den geriebenen Käse zufügen und die Sauce kurz aufkochen lassen. Die angerichteten Fischfilets damit überziehen und alles im vorgeheizten Backofen überbacken.

Dazu passt gut Kartoffelpüree.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

10.03.03 Liesbeth

Hering Sauerkrautsalat Mayo M

Zutaten für 2 Portionen

300 g Sauerkraut
2 Birne(n), süße
100 g Staudensellerie
100 g Kürbisfleisch, eingelegt aus dem Glas

50 g Mayonnaise

100 g Natur-Joghurt

2 EL Sahne

1 EL Kräuter, gemischt, gehackt
Salz und Pfeffer

200 g Fisch (Bismarckheringe)

Zucker

Zubereitung

Das Sauerkraut auseinander zupfen und klein schneiden. Birnen schälen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Den Stangensellerie putzen, waschen und in Scheiben schneiden. Den eingelegten Kürbis in kleine Würfel schneiden.

Birnen, Stangensellerie und Kürbis mit dem Sauerkraut vermengen. Aus Mayonnaise, Joghurt, Sahne, den gehackten Kräutern, Salz, Pfeffer, aus der Mühle und wenig Zucker eine kräftige Sauce herstellen.

Die Bismarckheringe abziehen, in 1 Zentimeter dicke Streifen schneiden und zu den übrigen Salatzutaten geben. Alles mit der Sauce anmachen, nochmals abschmecken und anrichten.

Brennwert p. P.: 535

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

22.02.03 Sonja*

Lachs auf Rahmsauerkraut M

Zutaten für 4 Portionen

4 Scheibe/n Lachsfilet, à 150 g

2 EL Olivenöl

2 EL Basilikum, gehackt,

Salz und Pfeffer, Kerbel und Petersilie

800 g Sauerkraut, evt. auch aus der Dose

60 g Butter

1 Zwiebel(n)

½ TL Curry

1 TL Zucker

300 ml Sahne

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Für das Sauerkraut: Zwiebelwürfel in Butter anschwitzen, Curry dazu, kurz mit anschwitzen, dann das Sauerkraut dazu geben. Bei mittlerer Hitze mit Deckel 40 Minuten kochen (Sauerkraut aus der Dose nur ca. 10 Minuten). Ab und zu umrühren, evtl. etwas heißes Wasser angießen. Zum Schluss die Sahne hinzufügen, aufkochen und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Das Rahmsauerkraut in eine Auflaufform umfüllen. Das Lachsfilet salzen und pfeffern und auf jeder Seite in Öl oder Butter kräftig anbraten. Dann die Lachsfilets auf das Sauerkraut legen, mit den

Kräutern bestreuen und ein paar Butterflöckchen darauf verteilen. Die Auflaufform für 8 Minuten in den auf 180 Grad vorgeheizten Backofen. Dazu gibt es kleine Knoblauch -Kartoffelchen.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten
09.10.04 geli51

Lachs Erbsensuppe mit Sauerkraut M

Zutaten für 4 Portionen

1 Zwiebel(n)

1 EL Butter

450 g Erbsen, TK

1 Liter Hühnerbrühe

200 ml Sahne

3 TL Meerrettich (Sahnemeerrettich)

375 g Sauerkraut

150 g Lachs, geräuchert

2 EL Schnittlauch, in Röllchen

Salz

Pfeffer

1 Prise Zucker

1 TL Zitronensaft

Zubereitung

Zwiebel würfeln und in Butter glasig dünsten. Erbsen zufügen, die Hühnerbrühe angießen und etwa 30 Minuten kochen. Anschließend fein pürieren. Die Sahne dazugeben und noch mal kurz aufkochen lassen. Mit Meerrettich, Salz und Pfeffer abschmecken. Das Sauerkraut klein schneiden und zufügen, ca. 10 Minuten darin ziehen lassen. Erneut mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Den Räucherlachs in feine Streifen schneiden. Die Suppe in die Teller geben, mit Lachs und Schnittlauchröllchen dekorieren.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
08.09.03 Rince

Lachsfilet mit Kartoffelkruste M

auf Champagnerrahmkraut

Zutaten für 4 Portionen

4 Lachsfilet, (à 200 g)

1 EL Senf

Salz und Pfeffer

4 große Kartoffeln, mehligkochende (vorzugsweise Baked Potatoes)

2 EL Öl, zum Braten

40 g Butter

2 m.- große Zwiebel(n), in Streifen

2 kleine Äpfel, geschält, in Scheiben

800 g Sauerkraut

300 ml Fischfond

500 ml Champagner (od. trockener Sekt)

5 Wacholderbeeren, zerdrückt

1 Gewürznelken

1 Lorbeerblätter

2 EL Honig

250 ml Sahne

1 EL Butter, gewürfelt, kalte

2 EL Weintrauben, kernlose

½ Bund Schnittlauch

Zubereitung

Für das Rahmkraut Zwiebelstreifen und Apfelscheiben in Butter anschwitzen, Sauerkraut hinzugeben und mit anschwitzen. Mit Fischfond ablöschen, Gewürze hineingeben, aufkochen und bei niedriger Temperatur unter gelegentlichem Rühren ca. 45 Min. garen. Nach der Hälfte der Garzeit 0,1 l Champagner/Sekt und Honig hinzugeben. Sauerkraut auf ein Sieb geben, Gewürze entfernen und den Sud mit der Sahne auf Saucenkonsistenz einkochen.

Währenddessen Lachs kalt abspülen, trocken tupfen, salzen, pfeffern und auf einer Seite dünn mit Senf bestreichen.

Kartoffeln schälen, grob raspeln und gut ausdrücken. Salzen, dünn auf der mit Senf bestrichenen Seite verteilen und andrücken. Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Lachsschnitten auf der Kartoffelseite 6-8 Min. bei mittlerer Hitze goldbraun kross braten. Umdrehen und in 2-3 Min. fertig braten.

Sauce, restlichen Champagner und Butterwürfel mit dem Zauberstab aufmixen. Sauerkraut und Weintrauben hineingeben, abschmecken und auf Tellern anrichten. Lachsfilet darauf setzen und mit Schnittlauch bestreuen. TIPP: Wem die Kartoffelkruste zu aufwändig ist, der kann sie auch weglassen und kleine gebratene Kartoffeln dazu servieren.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

28.11.02 nisi

Lachsfilet Schupfnudeln mit Sauerkraut M

Zutaten für 4 Portionen

500 g Nudeln (fertige Schupfnudeln)

500 g Sauerkraut

100 g Zwiebel(n)

1 TL Öl

125 g Apfel

250 g Lachsfilet, TK

100 g Käse (geriebenen Emmentaler)

50 g Walnüsse, gehackte oder Cashewkerne

10 g Senf

Salz und Pfeffer

Schnittlauch, gehackter

Curry

Zubereitung

Wasser mit etwas Salz aufkochen und Schupfnudeln ca. 10 min kochen. Derweil Zwiebel hacken und in einer großen Pfanne in Öl andünsten. Lachs und kurz danach Sauerkraut mit Saft zufügen und weitere 10-15 min dünsten lassen. Geriebenen Apfel, gehackte Nüsse und geriebenen Käse beifügen und mit Salz, Pfeffer, Curry und Senf würzen. So lange dünsten, bis der Käse zerlaufen ist (ca.5 min). Mit den fertigen Schupfnudeln vermischen und mit gehacktem Schnittlauch bestreuen.

Brennwert p. P.: 525

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

11.09.03 Cckone

Anstelle von Lachs kann man auch supergut Kasseler nehmen.

Dazu koche ich das Sauerkraut mit gedünsteten Zwiebeln, Brühe,.. , brate die Schupfnudeln an, gebe dann die Kasselerwürfel dazu und brate diese kurz an und zum Schluss mische ich das fertige Sauerkraut darunter und lasse alles noch ein bisschen durchziehen.14.01.2004 13:08

Hab das Rezept selbst auch schon mit Kasseler gemacht oder auch mit Ananas anstatt Apfel...Ist immer wieder lecker! Es soll ja auch bloß eine Anregung geben für eigene kreative Ideen. Und wer die Schupfnudeln lieber selber herstellt, kann dies natürlich auch tun!

LG, Claudia 15.01.2004 08:34

Lachskrusteln 1 Ei

20 Krusteln

FÜR DIE KRUSTELN

300 g Sauerkraut

200 g Lachsfilet

Zitronensaft

1 Ei

50 g Mehl

100 ml Bier

Salz

2 TL Zucker

1/2 l Fett zum Ausbacken

Für Die Soße

1 Hummersuppenwürfel (4 g)

100 ml Wasser

100 ml Weißwein

1 El Cognac

2 El Creme fraiche

Sauerkraut gut ausdrücken und etwas durchhacken. Lachsfilet waschen, trocken tupfen und in kleine Würfel schneiden. Mit Zitronensaft beträufeln.

Ei, Mehl und Bier zu einem glatten Teig verrühren. Einige (ca. 5) Esslöffel des Teiges und den gewürfelten Lachs unter das Sauerkraut mischen und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Dann mit 2 Esslöffeln Bällchen formen und diese im Teig wenden. Schwimmend im heißen Fett etwa 45 (??) Minuten ausbacken.

Für die Soße die Hummersuppe nach Packungsanweisung in Wasser und Wein auflösen und erhitzen. Cognac und Creme fraiche zufügen und abschmecken.

Lachskrusteln in der Soße anrichten. nach Belieben mit glatter Petersilie garnieren.

Räucherlachs Sauerkraut Puffer 1 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

500 g Kartoffeln

1 Dose/n Sauerkraut, 850 ml

1 m.- großes Ei

50 g Mehl

Salz und Pfeffer, weißer

1 Prise Zucker

3 EL Öl

150 g Crème fraîche

1 TL Zitronensaft

8 Scheibe/n Lachs, geräuchert, á ca.35 g

evt. Dill und -blüten zum Garnieren

Zubereitung

Kartoffeln schälen und grob reiben. Sauerkraut abtropfen lassen und gut ausdrücken. Mit Ei und Mehl zu den Kartoffeln geben. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen und alles gut vermengen.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Jeweils zwei gehäufte Esslöffel der Kartoffel-Sauerkraut-Masse in die Pfanne geben, flach drücken und bei mittlerer Hitze von jeder Seite 3-4 Min. goldbraun braten. Creme fraîche und Zitronensaft verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Puffer und Lachs auf einer Platte anrichten und nach Belieben mit Dill und Dillblüten garniert servieren. Dazu den Creme fraîche Dipp reichen.

Brennwert p. P.: 480

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

15.02.03 Gilla

Riesengarnelen Sauerkraut mit Zitronengras

Zutaten für 4 Portionen

4 Schalotte(n)

2 Zehe/n Knoblauch

1 Stange/n Staudensellerie

1 Stängel Zitronengras

1 Dose Sauerkraut, Weinsauerkraut (Abtropfgewicht ca. 520 g)

4 EL Butter

1 Prise Currypulver, mild

0.1 g Safran

250 ml Wein, weiß, trocken

200 ml Gemüsebrühe (Instant)

12 Riesengarnelen, aufgetaut, roh, ohne Kopf, mit Schale

½ Zitrone(n)
Salz
Pfeffer

Zubereitung

Schalotten und Knoblauch abziehen, fein hacken. Sellerie putzen, waschen und in feine Scheiben schneiden. Vom Zitronengras die losen Hüllblätter entfernen und nur den unteren weißen Teil in dünne Scheiben teilen. Sauerkraut in ein Sieb schütten, ausdrücken und etwas kleiner schneiden.

2 EL Butter in einem Topf erhitzen, Schalotten, Knoblauch, Sellerie darin glasig dünsten. Sauerkraut, Currypulver, Safran, Wein und Brühe zufügen und zugedeckt zirka 8 Minuten kochen. Dann im offenen Topf die Restflüssigkeit bei großer Hitze einkochen lassen.

Inzwischen Riesengarnelen aus den Schalen brechen, am Rücken neben dem Darm (sieht wie ein schwarzer Faden aus) einschneiden, den Darm herausziehen. Garnelen abbrausen und trocken tupfen, mit Zitronensaft beträufeln, salzen, pfeffern. Garnelen in der übrigen erhitzten Butter 2 bis 3 Minuten bei mittlerer Hitze braten und auf dem Sauerkraut anrichten. Beilage frisches Baguette.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

04.03.05 Wilfried Pfeffer

Rotbarschfilet Sauerkraut Gratin 2 Eigelb M

Zutaten für 4 Portionen

600 g Rotbarschfilet

1 Prise Salz

1 Prise Pfeffer, aus der Mühle
etwas Zitronensaft

150 g Speck (Frühstücksspeck)

250 g Zwiebel(n)

2 EL Butter

600 g Sauerkraut

1 TL Kümmel

10 Wacholderbeeren

1 Lorbeerblatt

2 Eigelb

200 ml Sahne, saure

100 g Käse (Emmentaler), gerieben
etwas Butter, zum Ausfetten

Zubereitung

Das Fischfilet in Streifen schneiden, mit Salz und Pfeffer bestreuen und mit dem Zitronensaft beträufeln.

Den Speck in Würfel schneiden, die Zwiebeln schälen und ebenfalls in Würfel schneiden. Beides in heißer Butter in einer Pfanne anbraten.

Das Sauerkraut fein schneiden und mit 1/4 l Wasser, dem Kümmel, den Wacholderbeeren und dem Lorbeerblatt ebenfalls in die Pfanne geben und etwa 20 Minuten zugedeckt bei kleiner Flamme dünsten.

Den Backofen auf 220 Grad Celsius vorheizen.

Eine feuerfeste Auflaufform mit Butter einfetten und das Sauerkraut hineingeben. Das Fischfilet darauf verteilen.

Die Eigelbe mit der sauren Sahne und dem Emmentaler verquirlen und über den Auflauf gießen.

Den Auflauf ca. 10 bis 15 Minuten auf der untersten Schiene goldgelb backen.

Als Beilage Baguette.

Brennwert p. P.: 770

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

23.08.04 Esprit

Seelachsfilet- Speck Sauerkrautsuppe M

Zutaten für 4 Portionen

400 g Fischfilet (Seelachsfilet)

2 EL Zitronensaft

Salz

Pfeffer

60 g Speck, geräuchert

2 Bund Suppengrün

400 g Kartoffeln

Sauerkraut, Dose (300 g)

1 EL Öl

1 Liter Fleischbrühe

200 g Sahne

1 TL Oregano

Cayennepfeffer

100 g Nordseekrabben, geschält und gegart

Dill

100 g Crème fraîche

Zubereitung

Das Fischfilet waschen und in mundgerechte Stücke schneiden. Mit Zitronensaft beträufeln, mit Salz und Pfeffer würzen und abgedeckt zur Seite stellen.

Den Speck klein würfeln. Das Suppengrün putzen und die Kartoffeln schälen. Alles waschen und in kleine Stücke schneiden. Das Sauerkraut etwas zerschneiden.

Das Öl in einem Topf erhitzen, den Speck anbraten. Gemüse und Kartoffeln darin 4 Minuten abdünsten, dann Brühe und Sahne zugießen. Mit Oregano, Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer würzen. Das Sauerkraut untermischen und die Suppe abgedeckt 15 Minuten köcheln lassen.

Dann die Fischstücke unter die Suppe mengen und weitere 15 Minuten bei milder Hitze ziehen lassen. Anschließend die Krabben zugeben und die Suppe nochmals abschmecken. Die Creme fraîche vorsichtig unterrühren. Den Dill waschen und abzupfen und die Suppe damit garnieren.

Brennwert p. P.: 560

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

26.04.02 Garfield

Shrimps Mini Quiches mit Sauerkraut 4 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

4 Scheibe/n Blätterteig, tiefgekühlt

2 Zwiebel(n)

1 Bund Lauchzwiebel(n)

2 EL Öl

700 g Sauerkraut

2 EL Essig (Weinessig)

1 Prise Zucker

250 g Krabben

½ Bund Dill

4 Ei

250 g Schmand

Salz und Pfeffer

Curry

Zubereitung

Blätterteig auftauen. Zwiebeln fein würfeln. Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden. Öl erhitzen, Zwiebeln und Sauerkraut darin ca. 5 Minuten braten. Lauchzwiebeln zufügen, mit 100 ml Wasser und Essig ablöschen und 5 Minuten schmoren. Würzen. Krabben unterrühren. Schmand und Eier verrühren, würzen. Blätterteig in 4 gefettete Förmchen (16 cm Ø) legen, Sauerkraut darauf verteilen, Guss darüber geben. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200° C/Gasherd: Stufe 3) ca. 35 Minuten backen. Dill fein schneiden und über die Quiches streuen.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

09.03.02 Biene62

Zanderfilet auf Sahnekraut M

Zutaten für 4 Portionen
1 kg Sauerkraut, mildes

125 g Butter

12 Wacholderbeeren, (oder mehr)

2 Lorbeerblätter

125 ml Wein, weiß

125 ml Geflügelbrühe

1 Becher Sahne

1 EL Honig

250 g Weintrauben, (weiß), mittelgroße kernlose
Salz und Pfeffer, aus der Mühle

4 Fischfilet, (Zanderfilets) à 150-200 g

Butter, zum Braten

Mehl, zum Bestäuben

Das Sauerkraut in ein Sieb geben und unter fließendem Wasser waschen. Gut abtropfen lassen.

In einem Kochtopf die Butter erhitzen, bei starker Hitze das Kraut hineingeben. Die Wacholderbeeren im Mörser zerdrücken und mit den Lorbeerblättern zugeben. Den Wein und den Fond angießen, die Hitze reduzieren und das Kraut etwa 1 Stunde zugedeckt köcheln lassen. Dabei gelegentlich umrühren und bei Bedarf Flüssigkeit nachgießen.

Wenn das Sauerkraut gar ist, die Sahne und den Honig zugeben und gut untermischen. Nach Geschmack (und Größe der Trauben) die Weintrauben ganz oder halbiert untermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Zanderfilets mit Küchenkrepp trocknen, salzen und pfeffern. Die Butter zum Braten in einer Bratpfanne aufschäumen lassen. Die Filets mit et-

was Mehl bestäuben und in der heißen Butter pro Seite 2 bis 3 Minuten braten.

Das Sahnekraut auf Tellern anrichten und jeweils ein Zanderfilet darauf legen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

10.03.05 kein Name

Zanderfilet Sahnekraut M

Zutaten für 4 Portionen

1000 g Sauerkraut

125 g Butter

2 Lorbeerblätter

12 Wacholderbeeren

125 ml Wein, weiß

125 ml Geflügelbrühe

150 ml Sahne

1 EL Öl

250 g Weintrauben (kernlose Sultana Trauben)

600 g Fischfilet (Zanderfilets)

Salz und Pfeffer

Mehl

Zubereitung

Sauerkraut in einem Sieb so lange unter fließendem Wasser waschen, bis das Wasser klar ist, gut abtropfen lassen.

In einem Topf die Butter schmelzen lassen und bei starker Hitze das Sauerkraut hineingeben. Wacholderbeeren in einem Mörser zerstoßen und zusammen mit den Lorbeerblättern zum Kraut geben, Wein und den Fond dazugießen, die Hitze reduzieren und ca.30 Min. einköcheln lassen, dabei gelegentlich umrühren. Dann die Sahne und den Honig dazugeben. Die Trauben untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Filets in kleinere Stücke schneiden, leicht mehlieren, pfeffern und salzen. In einer Pfanne die Butter aufschäumen lassen und den Fisch darin leicht anbräunen. Das Sahnekraut auf dem Teller anrichten und die Zanderfiletstücke darüber legen.

Dazu passt Baguettebrot

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

29.05.03 Brimi

Fleisch Back- + Teigwaren

Bratwurst im Blätterteig

Zutaten für 4 Portionen

8 Stück Bratwurst (Thüringer Rostbratwürste)

1 Dose/n Sauerkraut, groß
2 Pck. Blätterteig, tiefgekühlt

3 EL Schinken in Würfeln

Kümmel

Zubereitung

Bratwürste von allen Seiten gut anbraten. Sauerkraut im Topf oder in der Mikrowelle erhitzen, etwas Kümmel und die Schinkenwürfel hinzufügen. Den Blätterteig ausrollen. Die Hälfte der angebratenen Würste auf den Blätterteig mittig legen und mit dem halben Sauerkraut bedecken, dann wieder Würste und wieder Sauerkraut. Als Abschluss noch ein paar Röstzwiebeln zufügen. Blätterteig-Rolle schließen und dann ab in den Backofen.

Backen bis der Teig schön gebräunt ist und das ganze Päckchen durchgebraten ist.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten
15.11.01 eipesch

Bratwurst im Teigmantel M

Portion/en: 4

4 Bratwürste (a 125g)

2 EI Öl

Für den Teig

6 EI Öl

6 EI Milch

150 g Magerquark

300 g Mehl

Salz

1 Päckchen Backpulver

Bratwürste im heißen Öl ca. 4 Minuten braten. Abkühlen lassen.
Teigzutaten verkneten. In vier Portionen teilen und vier gleich große Quadrate (ca. 18 x 18 cm) ausrollen. Jeweils eine Wurst drauflegen, mit Teig umwickeln und an den Enden zusammendrücken. Oberfläche leicht einritzen.

Bei 200 Grad ca. 40 Minuten backen.

Dazu: Sauerkraut mit Zucchinistreifen.

Pro Person ca. 900 kcal (3780 kJ)

Zubereitungszeit: ca. 1 1/4 Stunden

* aus "Für Sie" 5/92

Schinken Sauerkrautstrudel M

Zutaten für 2 Portionen

400 g Sauerkraut, am besten frisch vom Metzger

1 Tasse/n Gemüsebrühe

Pfeffer, aus der Mühle

4 Teig - Blätter (Yufka - im Türkischen Lebensmittelladen) oder beim Dönerladen um die Ecke

2 TL Öl

60 g Schinken, gekocht

2 Becher Joghurt (Vollmilchjoghurt)

1 TL Senf, scharfer

Petersilie

Zubereitung

Sauerkraut mit Brühe und schwarzem Pfeffer erhitzen. Die Yufkablätter auf einer Seite mit Öl einpinseln. Den Kochschinken in Streifen schneiden und zusammen mit dem Sauerkraut auf die Fladen verteilen.

Fladen einrollen und umschlagen. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech im vorgeheizten Ofen etwa 10 min backen, bis der Teig knusprig ist.

Für die Soße Joghurt, Senf und gehackte Petersilie verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken, zu den Krapfen servieren.

Brennwert p. P.: 350

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

09.12.02 sundream22

Pökelbraten mit Sauerkraut und Thüringer Klößen

Zutaten für 5 Portionen

1 kg Pökelfleisch (Pökelkamm)

3 Zwiebel(n)

100 g Pilze, getrocknete

1 Liter Fleischbrühe

3 EL Saucenbinder

1 kg Sauerkraut

1 TL Kümmel, gemahlener

2 TL Majoran

Fett, Gänsefett oder Speck

Zubereitung

Da es reichlich Rezepte für Thüringer Klöße gibt, hab ich die weggelassen. Also, das Pökelfleisch evtl. etwas wässern, gut trocknen und im heißen Fett von allen Seiten gut anbraten. Zwiebeln hinzufügen und nachher die getrockneten und eingeweichten Pilze hinzufügen. Das Ganze mit Brühe (möglichst ungesalzen) aufgießen und ca. 1-1/2 Stunden schmoren lassen.

Zuletzt, wenn nötig, mit etwas Mondamin die Soße abbinden.

Das Sauerkraut mit Wasser, evtl. etwas Salz, dem Majoran und dem Kümmel köcheln lassen. Ist die Flüssigkeit fast verdampft, mit Gänsefett verfeinern. Man kann auch eine geriebene Kartoffel dazugeben. Das macht die Sache leichter.

Gereicht wird das Essen bei uns mit Thüringer Klößen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

02.06.05 christina49

Schinkenspeck Sauerkrautbrötchen 1 Ei M

Zutaten für 25 Portionen

200 g Sauerkraut

300 g Schinkenspeck, gewürfelt oder Salami

1 Würfel Hefe

1 TL Zucker

½ TL Salz

½ Liter Milch, heiß ?

1 Ei

6 EL Öl

1 kg Mehl, Typ 405

Sauerkraut mit Speck- bzw. Salamiwürfeln andünsten. Hefe zerbröckeln und mit Salz und Zucker verrühren. Die Milch in eine Schüssel geben, das

Ei, Öl und die Hefe zugeben und kurz durchrühren. Mehl langsam einarbeiten und dann das Sauerkraut unterkneten. Aus dem Teig 25 Brötchen formen und auf ein gefettetes Backblech setzen.

im vorgeheizten Backofen bei 180° C auf der mittleren Einschubleiste die Brötchen 25 bis 30 Minuten backen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

: 25.11.01 Pumuckl alias Heike

Mein Brot mache ich ähnlich, allerdings nur mit Wasser nicht mit Milch. Schmeckt wirklich gut.

06.05.2003 10:43

Hallo,

ich kenne die Brötchen und sie sind wirklich lecker. Mich wundert allerdings, das man **heiße Milch verwenden soll**? Die Hefe geht doch gar nicht auf, wenn die Milch so heiß ist.

Ich verwende **jedenfalls immer lauwarme Milch**, sicher ist sicher; -))

Ig Mane 21.10.2003 19:44

Speck Krautnudeln

Zutaten für 2 Portionen

300 g Nudeln

400 g Sauerkraut

1 Zwiebel(n)

1 EL Schweineschmalz

250 ml Wein, weiß, trocken

250 ml Brühe

4 Wacholderbeeren

2 Gewürznelken

1 Lorbeerblatt

300 g Speck (Räucherspeck), fett

Salz

Zubereitung

Zwiebel schälen, würfeln und in einem Topf im erhitzten. Schmalz anschmoren. Sauerkraut dazugeben, zerpfücken, kurz mit anbraten. Mit Wein und Brühe aufgießen, Wacholderbeeren, Nelken und Lorbeerblatt zugeben und alles bei kleiner Hitze im bedeckten Topf schmoren. Ca. 20 Minuten Nudeln in Salzwasser garen, abtropfen lassen und zum Sauer-

kraut geben. Speck würfeln und in der Pfanne goldbraun ausbraten. Über Nudeln und Sauerkraut geben und locker unterheben.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

10.12.04 Yella

Ich verwende normale Nudeln, Spiralen oder Bandnudeln.
Natürlich 10 min. Kochzeit, da hat sich der Fehlerteufel eingemischt.

Entschuldige, etwas spät aber besser als nie.

24.04.2005 19:32

Speck Krautspätzle

mit Sauerkraut

Zutaten für 2 Portionen

500 g Spätzle, selbstgemacht oder gekauft

1 Dose/n Sauerkraut, klein, selbstgemacht oder gekauft

100 g Speck, fein gewürfelt

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Den Speck in einer großen Pfanne in etwas Butter anbraten. Das Sauerkraut und etwas Wasser dazu geben und einige Minuten köcheln lassen. Anschließend die Spätzle dazu, und unter häufigem Umrühren weitere 5 Minuten braten lassen. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken. Tipp: Wenn man die Spätzle nicht selbst macht, sollte man frische aus dem Kühlregal kaufen.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

08.11.04 christinaambs

Fleisch Geflügel

Ente mit Weintrauben und Sauerkraut

Zutaten für 4 Portionen

1.4 kg Ente, TK

Salz

Pfeffer

Paprikapulver
2 EL Öl
2 Zwiebel(n)
2 Lorbeerblätter
500 g Sauerkraut
Zucker
250 ml Wein, weiß
4 EL Gelee (Quittengelee)
400 g Weintrauben, grüne oder blaue

Zubereitung

Ente gründlich waschen, trocken tupfen und innen und außen mit den Gewürzen einreiben. Im heißen Öl in einem Bräter rundum anbraten. Zwiebeln abziehen, vierteln und mit den Lorbeerblättern kurz mitrösten. Sauerkraut mit zwei Gabeln zerpfücken und um die Ente herum verteilen. Mit Pfeffer und Zucker würzen. Wein und 250 ml Wasser angießen. Deckel auflegen und im Backofen bei 200°C auf unterster Schiene 1,5-2 Stunden schmoren. Zwischendurch die Ente einmal umdrehen. 30 Minuten vor Garzeitende den Deckel abnehmen und die Ente mehrmals mit Gelee bestreichen. Trauben waschen, entkernen und 10 Minuten mitgaren. Dazu schmecken Knödel oder Kartoffeln am besten.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
16.06.05 Bezwinger

Entenbrust auf Ananas Kraut

Zutaten für 4 Portionen
200 g Zwiebel(n)

60 g Butter

850 ml Sauerkraut
700 ml Ananassaft, ohne Zuckerzusatz
Salz
Cayennepfeffer
1 kg Ananas, frisch
2 Peperoni, rot

4 Stück Entenbrust

4 EL Marmelade (Ananasmarmelade)
1 EL Speisestärke

Zubereitung

Zwiebeln längs halbieren und in dünne Spalten schneiden. Zwiebeln in einem Topf in der Butter andünsten, Sauerkraut unterrühren und mit Ananassaft auffüllen. Mit Salz und Cayenne würzen. Im geschlossenen Topf bei milder Hitze etwa 35 Minuten köcheln lassen, dabei ab und zu umrühren.

Die Ananas putzen und in dünne Scheiben schneiden. Die Peperoni ausschaben und fein würfeln. Haut der Entenbrüste streifig einritzen. Brüste salzen und mit der Haut nach unten in eine bereits erhitzte Pfanne (ohne Öl) legen. Im eigenen Fett etwa 5 bis 8 Minuten bei mittlerer Hitze goldbraun anbraten. Wenden, die Pfanne vom Herd nehmen. Die Entenbrüste mit der Marmelade bestreichen, dann die Peperoniwürfel mit einem Löffelrücken andrücken. Die Brüste im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad auf der 2. Leiste von unten etwa 15 Minuten zu Ende garen. Aus dem Ofen nehmen und noch kurz ruhen lassen.

Sauerkraut mit Stärke binden. Ananas zugeben, kurz köcheln lassen. Das Kraut noch einmal abschmecken und die Entenbrust darauf servieren.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

07.03.05 GudrunN

Gänsekeulen auf Sauerkraut aus dem Römertopf

Rezept kommt aus Ungarn, von einer ungarischen Freundin

Zutaten für 4 Portionen

4 Keule(n) von der Gans

500 g Sauerkraut

100 g Speck, durchwachsen, in dünne Scheiben geschnitten

2 Zwiebel(n), fein geschnitten

10 Wacholderbeeren, leicht gequetscht

1 EL Paprikapulver, ungarisch edelsüß

250 ml Fleischbrühe

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Gänsekeulen mit Pfeffer, Salz und Paprika einreiben.

Den gewässerten Römertopf mit der Hälfte der Speckscheiben auslegen.

Die Keulen und die Zwiebeln darauf geben. Die Zwischenräume mit Sauerkraut ausfüllen. Die Keulen müssen darin fest eingebettet sein. Die Wacholderbeeren in das Sauerkraut drücken. Brühe darüber gießen. Mit den restlichen Speckscheiben belegen. Deckel darauf. In den kalten Ofen schieben und ca. 2 Stunden bei 200° garen. Mehr Garzeit schadet nicht.

Dazu passt Kartoffelpüree oder Kartoffelknödeln aus gekochten Kartoffeln.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten
14.05.05 Herta

Hähnchen Krauthühnchen ungarisch M

Zutaten für Portionen

1 großes Hähnchen (Hendl)

100 g Speck (Hamburgerspeck)

½ kg Sauerkraut

2 Zehe/n Knoblauch

½ Liter Wein (Welschriesling), trocken

1 Bund Petersilie

Paprikapulver, scharf und mild

Crème fraiche oder Sauerrahm

Salz

Pfeffer, aus der Mühle

Zucker

Zubereitung

Den Speck klein würfeln. Das Kraut mit Wasser abschwemmen, gut abtropfen lassen und klein schneiden.

Das Hendl häuten und in acht Stücke teilen. Den Speck ohne Fett anrösten und aus der Pfanne heben. 2 EL Butter in die Pfanne geben und die Hendlstücke anbraten. Paprizieren. Aus dem Topf nehmen.

Noch etwas Fett in den Topf geben und das Kraut andünsten. Ebenfalls Paprizieren und gut verrühren. Mit Salz, einer Prise Zucker, den zerdrückten Knoblauchzehen und Pfeffer würzen. Mit etwas Riesling ablöschen.

Die Hendlstücke aufs Kraut legen. Den Speck drüberstreuen. Zugedeckt bei Mittelhitze garen, bis das Kraut weich und die Geflügelteile gar sind.

Immer wieder mit Wein aufgießen. Gegen Ende der Garzeit muss der Wein verkocht sein. Wenn nicht, bei starker Hitze einkochen lassen.

Zum Schluss 2 EL Creme fraiche oder Sauerrahm (mit 1 TL Mehl verrühren) unter das Kraut mengen. Petersilie hacken und drüberstreuen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
30.11.03 Muschelkoch

Hühnchen auf Sauerkraut M

am besten natürlich das Sauerkraut selber machen

Zutaten für 4 Portionen

Sauerkraut, nach Belieben,

4 Hühnerbeine

3 EL Schmand oder Creme fraiche

etwas Brühe

Salz und Pfeffer

Fett (Gänse- oder Entenschmalz, ggf. vom letzten Braten)

Zubereitung

Eine Auflaufform mit Schmalz einstreichen. Sauerkraut dick darauf verteilen. Mit etwas Brühe angießen. Schmand in Klecksen darauf verteilen. Hühnerbeine salzen und pfeffern, Auf das Sauerkraut legen und bei 200° im Backofen 45 Minuten brutzeln. Dazu Kartoffeln reichen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

14.05.05 Kochdrachenmaus

Hähnchen mit Sauerkraut gefüllt

mal was anderes für den Tag danach

Zutaten für 4 Portionen

2 kleine Hähnchen oder Hühnchen

100 g Speck (Hamburgerspeck)

1 Zwiebel(n)

2 EL Schmalz

1 kg Sauerkraut

2 Lorbeerblätter

Wacholderbeeren

1/8 Liter Wein, weiß, trocken

Salz und Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Die Zwiebel fein hacken. Den Speck klein würfeln. Beides in Schmalz glasig dünsten.

Wenn das Sauerkraut sehr sauer ist, sollten Sie es vor der Weiterverarbeitung mit kaltem Wasser abschwemmen. Auf jeden Fall gut ausdrücken und klein schneiden. Mit den Lorbeerblättern und einigen Wacholderbeeren zu den Zwiebeln geben und eine Viertelstunde dünsten. Eventuell etwas salzen. Die Lorbeerblätter entfernen.

Die Hendl innen und außen salzen und pfeffern. Mit einem Teil des Sauerkrauts füllen. Die Öffnung zustecken oder zunähen.

Das restliche Kraut in eine feuerfeste Form geben. Die Hendln darauf legen. Ins 200 Grad heiße Rohr schieben und eine knappe Stunde braten. Wer nicht auf Kalorien achten muss, kann noch einige Speckscheiben langsam knusprig ausbraten und das Hendl damit garnieren. Erdäpfel dazureichen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
26.11.03 Muschelkoch

Hühnergulasch Szegediner Art M

Zutaten für 2 Portionen

2 Zwiebel(n)
4 Zehe/n Knoblauch
1 EL Öl
Salz und Pfeffer
1 EL Paprikapulver und evt. etwas Kümmel

150 g Hähnchenbrustfilet

250 g Kartoffeln
250 g Sauerkraut
1 TL Mehl

50 g Sauerrahm

125 ml Wasser

Zubereitung

Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen und in Scheiben schneiden. Zwiebelscheiben mit 1 EL Öl goldbraun braten. Mit Salz, Pfeffer, Paprika und evt. Kümmel würzen, kurz braten. Dann mit 125 ml Wasser ablöschen. Hähnchenbrust in Würfel schneiden, Kartoffeln schälen und ebenfalls würfeln. Geflügelfleisch, Kartoffeln und Sauerkraut zu den Zwiebeln geben. Bei geringer Hitze zugedeckt 30 Minuten weich dünsten. Evt. zwischendurch etwas Wasser dazugeben. Mehl und Sauerrahm mischen und unter das Gulasch rühren, noch 10 Minuten ziehen lassen, abschmecken und servieren.

Brennwert p. P.: 310

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
18.04.05 pueppi2

Poularde mit Sauerkraut und Trauben

Zutaten für 4 Portionen

1.5 g Poularde

400 g Sauerkraut
250 g Möhre(n)
250 g Weintrauben, grün

¼ Liter Hühnerbrühe

1 EL Wacholderbeeren
1 EL Piment - Körner
3 Lorbeerblätter
3 EL Gelee (Johannisbeergelee)
Salz und Pfeffer
Muskat

Zubereitung

Poularde in 8 Teile zerlegen. Mit Salz und Muskat einreiben. Das Sauerkraut mit zerdrückten Wacholderbeeren, Piment, Lorbeer, Fleisch und Möhrenscheiben mischen. Mindestens 3 Stunden stehen lassen.

Alles in einen Bräter geben, Brühe zugießen und in den Backofen schieben. Auf 200 ° schalten und 45 Minuten braten.

Dabei zwischendurch das Sauerkraut wenden, damit es an der Oberfläche nicht zu braun wird. Weintrauben zufügen. Noch 10 Minuten weitergaren. Pfeffern. Zum Schluss das Gelee über die Geflügelteile geben.

Dazu Kartoffeln.

Dieses Gericht kann sehr gut vorbereitet werden und eignet sich gut als Gästeessen. Ich lasse in der 1. Hälfte der Zeit den Deckel auf der Form, dann nehme ich ihn herunter.

Brennwert p. P.: 580

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

17.10.02 Regine

Pute Präsidentensuppe M

Zutaten für 12 Portionen

3 große Zwiebel(n)
2 Zehe/n Knoblauch
6 EL Öl

1 kg Gehacktes, (halb Pute, halb Schweinefleisch)

1 Dose/n Sauerkraut, (770 g Abtropfgewicht)
1 Dose/n Tomatenmark, (140 g)
1 Liter Tomatensaft
1 Liter Fleischbrühe

10 Gewürzgurke(n)

1 Bund Petersilie

300 g saure Sahne

1 Prise Paprikapulver

Kümmel, gemahlen

Salz und Pfeffer, gemahlen

Tabasco

Zubereitung

Zwiebeln und Knoblauch abziehen, Zwiebeln grob, Knoblauch fein würfeln und beides in Öl andünsten. Gehacktes hinzufügen und gut anbraten. Evtl. vorhandene Klümpchen mit einer Gabel zerdrücken. Sauerkraut auseinander zupfen, hinzufügen, Tomatenmark, -saft, Fleischbrühe, Paprika, Kümmel, Salz und Pfeffer dazugeben, aufkochen und bei schwacher Hitze etwa 30 Minuten kochen lassen.

Die Suppe mit dem Tabasco und den Gewürzen abschmecken. Gewürzgurken in feine Scheiben schneiden und hinzufügen. Petersilie abspülen, trocken tupfen und fein hacken.

Die Suppe in Suppentassen oder -teller füllen, auf jede Portion etwas saure Sahne und Petersilie geben.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

06.10.03 batzi

Pute Sauerkrautgratin 2 Eigelb M

Zutaten für 4 Portionen:

400 g Putenschnitzel

1 Zwiebel

2 EL Butter

Salz, weißer Pfeffer

1/8 l Weißwein, trocken

1 EL Mehl

2 Eigelb

500 g gegarte Pellkartoffeln

500 g gekochtes Sauerkraut

50 g frisch geriebener Käse (Greyerzer)

1/8 l Milch, fettarm

Zubereitung:

Das Putenfleisch kalt abspülen, trocken tupfen und in dünne Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen und fein hacken. In einer Pfanne 1 EL Butter erhitzen, das Fleisch darin kurz anbraten. Aus der Pfanne nehmen, salzen und pfeffern. Die restliche Butter in der Pfanne erhitzen. Die Zwiebel darin andünsten, mit dem Mehl bestäuben, kurz mitdünsten. Mit dem Weißwein ablöschen und gut verrühren, den Bratfond lösen. Die Milch unter kräftigem Rühren dazugießen und alles 5 Minuten weiterkochen lassen. Die Soße von der Kochstelle nehmen und die Eigelbe unterziehen. Den Backofen auf 180°C vorheizen. Die Kartoffeln schälen, waschen, in dünne Scheiben schneiden und lagenweise mit dem Sauerkraut und dem Fleisch in eine feuerfeste Form schichten. Mit der Soße begießen und mit dem Käse bestreuen.

Das Gratin im heißen Ofen (mittlere Schiene, Umluft 160°C) 30 Minuten garen, dann die Temperatur auf 220°C (Umluft 200°C) erhöhen und das Gratin noch 10 Minuten überbacken, bis die Oberfläche leicht Farbe annimmt.

kcal 388

kJ 1624

Eiweiß 35

Fett 13

Kohlenhydrate 29

Putenbrust Rauxeler Sauerkrautauflauf 2 Eigelb M

Zutaten für 4 Portionen

Schweineschmalz

2 Zwiebel(n)

600 g Sauerkraut

330 ml Bier (Pils)

Salz und Pfeffer

1 Lorbeerblätter

2 Wacholderbeeren

450 g Hähnchenbrüste oder Putenbrust

1 EL Mehl

250 ml Milch

2 Eigelb

100 g Käse, gerieben

800 g Pellkartoffeln, gegart, geschält

Zucker

Zubereitung

1 Ei Schweineschmalz in einem Topf schmelzen, 1 gehackte Zwiebel andünsten, 600 g rohes Sauerkraut (gut abtropfen lassen, den Saft aufheben) zugeben und unter ständigem Rühren einige Minuten leicht anbräunen. Es bilden sich dabei herrliche Röstaromen. Mit 1/4 l Bier ablöschen, die Brühe vom Sauerkraut dazugeben. Mit Salz, Pfeffer, etwas Zucker sowie einem Lorbeerblatt und 2 Wacholderbeeren würzen. Garzeit 30-60 Minuten, je nach Beschaffenheit.

450 g Hähnchen- oder Putenbrust in dünne Scheiben schneiden und in Schmalz kurz anbraten, aus der Pfanne nehmen, salzen und pfeffern. 1 gehackte Zwiebel in die Pfanne geben und andünsten, mit 1 Ei Mehl bestäuben und kurz mitdünsten. Mit dem restlichen Bier ablöschen und gut verrühren. Den Bratenfond lösen. 1/4 l Milch unter kräftigem Rühren dazugießen und alles 5 Minuten weiterkochen. Die Sauce von der Kochstelle nehmen und 2 Eigelbe unterziehen.

Die vorbereiteten Pellkartoffeln in Scheiben schneiden und lagenweise mit dem Sauerkraut und den Geflügelscheiben in eine Auflaufform schichten. Mit der Sauce begießen und mit geriebenem Käse bestreuen.

Im vorgeheizten Ofen bei 180 (Umluft 160) Grad 35 Minuten garen, dann die Temperatur auf 220 Grad (Umluft 200) erhöhen und 15 Minuten bräunen. Dazu passt ein grüner Salat und ein kühles Bier.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

07.08.02 Biene62

Tauben Gefüllte mit 1 Ei+ 1 Eigelb M

Ingwersauerkraut und Parmesantalern

Zutaten für Portionen

3 Taube(n) (franz. Masttauben), küchenfertig

1 Brötchen, altbacken

150 g Leber von Enten oder Gänsen

200 ml Milch

1 Ei

1 Bund Petersilie, glatte

¼ TL Ingwerpulver

½ TL Rosmarin

Salz und Pfeffer

500 g Sauerkraut

6 EL Apfelmus

3 Stück Ingwer in Sirup (Asienabteilung)

Ingwerpulver zum Abschmecken

600 g Kartoffeln, überwiegend mehligkochend

100 g Parmesan, gerieben

1 Eigelb

Mehl

Salz

Zubereitung

Die Karkasse aus den Tauben entfernen, ohne die Haut zu verletzen. Die Unterschenkel- und die Flügelknochen belassen.

Das Brötchen in Würfel schneiden mit der kochendheißen Milch übergießen. Petersilie und Rosmarin fein hacken.

Die Lebern der Tauben und die Entenleber mit der Mulinette (oder einem Pürierstab) pürieren. Sollten die Lebern der Tauben nicht beigegeben sein, 50 g mehr Entenleber benutzen. Aus den eingeweichten Brötchen, den gehackten Kräutern, den Lebern und dem Ei einen Teig rühren, pfeffern und salzen, mit Ingwer abrunden. Die Tauben damit füllen, die Öffnungen zustecken. Die Tauben dürfen nicht zu prall gefüllt werden, da die Füllung beim Braten noch aufgeht!

Eine feuerfeste Form mit Butterschmalz einfetten, die Tauben dicht an dicht, mit der Brustseite nach oben, darauf setzen. Auf den Tauben einige Flöckchen Butterschmalz verteilen.

Im Backofen ca. 30 - 40 Min. bei 190 Grad braten

Sauerkraut gut ausdrücken, in einen flachen Topf geben und auf mittlerer Flamme ohne Fett braten. Kleinwürflig geschnittenen Ingwer zugeben, Apfelmus unterrühren. Eventuell einen Ei von dem Ingwersirup zugeben.

Sauerkraut leicht karamellisieren lassen.

Die Kartoffeln in Alufolie wickeln und im Backofen garen. Abkühlen lassen und pellen.

Durch die Kartoffelpresse drücken (oder stampfen), Eigelb und Parmesan unterrühren, ggf. Mehl zugeben, es soll ein fester Gnocciteig entstehen. Den Teig zu einer Rolle von ca. 4 cm Durchmesser rollen. Von der Rolle etwa 1 cm dicke Scheiben abschneiden und in Butter kurz von beiden Seiten knusprig braten.

Das Rezept reicht in einem mehrgängigen Menü für 6 Personen (je eine halbe Taube), als Hauptgericht für 3 Personen.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 30 Minuten

17.06.02 Nearlyheadlessnick

Fleisch Hack

Gehacktes Sauerkrautauflauf 4 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

3 Zwiebel(n)
250 g Möhre(n), geraspelte
1 kg Sauerkraut
50 g Butter / Margarine
¼ Liter Wein, weiß, oder Brühe

500 g Gehacktes

4 Ei
2 EL Senf
1 EL Paprikapulver, edelsüß

1 Becher Schmand

1 Bund Dill
Pfeffer, frisch gemahlener
Salz

Zubereitung

Zwiebelwürfel, Möhren und Sauerkraut in heißem Fett andünsten. Wein (Brühe) zugießen und 15 Min. schmoren. Hackfleisch mit 2 Eiern und Senf verkneten. Mit Salz, Pfeffer und Paprika abschmecken. Sauerkraut abschmecken und in eine feuerfeste Form geben.

Aus dem Hackfleischteig Klößchen formen und auf das Sauerkraut setzen. Form verschließen und in den Backofen schieben. Auf 200 °C => 40 Min. garen.

Schmand mit restlichen Eiern verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen und über das Sauerkraut gießen. In der nun offenen Form noch etwa 15 Minuten stocken lassen (Backofen ruhig ausschalten).

Zum Servieren mit feingehacktem Dill bestreuen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

06.02.05 Ela*

Gehacktes Sauerkrautauflauf herzhaft M

Zutaten für 4 Portionen
2 große Zwiebel(n)
500 ml Tomatenpüree oder gewürfelte Tomaten in Püree

500 g Gehacktes vom Schwein

3 Paprikaschote(n), rot
1 Dose Sauerkraut (Weinsauerkraut)

200 g Käse (Emmentaler/ Gouda), gerieben

3 große Möhre(n)

200 g Frühlingszwiebel(n)

2 EL Wein, rot

6 EL Suppe (Zwiebelsuppe)

Salz und Pfeffer, Chilischote(n) oder -pulver, Tabasco, Paprikagewürz, Röstzwiebeln

evt. Knoblauch

Zubereitung

Zwiebeln, Frühlingszwiebeln, Knoblauch, Mohrrüben und Paprika putzen und klein schneiden. Öl in die Pfanne und Zwiebeln anbraten, bis sie goldig werden. Schweinegehacktes dazugeben. Anbraten und dann die Mohrrüben und Paprika dazugeben. Mit Pfeffer, Salz und scharfem Paprikagewürz herzhaft würzen. Ruhig kräftiger als gewohnt. Wer mag, gibt auch Knoblauch dazu. Herdplatte aus, aber zum Warmhalten einfach auf der Platte stehen lassen.

In einem mittelgroßen Topf Sauerkraut erhitzen. Dann bei schwacher Hitze das Tomatenpüree/Würfel dazugeben und gut durchmischen. Dabei die Frühlingszwiebeln dazugeben. Wer mag, gibt hier den Rotwein dazu. Jetzt nur mit Salz würzen. Wer es scharf mag, Tabasco und/oder Chili dazu. Alles gut durchmischen.

Auflaufform einfetten und immer abwechselnd eine Schicht Sauerkraut und Gehacktes einfüllen, mit Sauerkraut beginnen. Wem das zu aufwendig ist, mischt beides und füllt dann ein. Jetzt den geriebenen Käse darüber streuen.

Im vorgeheizten Backofen bei 220°C (200°C Umluft) 15-20 Minuten backen, bis der Käse zerlaufen ist und die gewünschte Konsistenz und Farbe (goldbraun) hat.

Tip: Sobald der Käse zerlaufen ist, gebe ich noch ein wenig Zwiebelsuppe darüber. Das gibt dem Käse einen unvergleichlich herzhaften Geschmack. Evt. vor dem Servieren noch etwas Röstzwiebeln über den Käse geben. Schmeckt auch in der Pfanne aufgewärmt am nächsten Tag.

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten

21.04.05 sk-diamond

Hack Sauerkraut Kuchen 3 Ei M

Zutaten für 9 Portionen

2 Brötchen (Laugenbrötchen)

1 kl. Flasche Bier

1 Zwiebel(n) (Gemüsezwiebel)

750 g Mett, vom Schwein

750 g Hackfleisch, gemischtes

3 Ei (Größe M)

1 EL Senf, mittelscharf

125 g Käse (Gouda)

250 g Schmand

3 EL Paniermehl

2 Paprikaschote(n), rot

50 g Speck, geräuchert, durchwachsen

2 EL Öl

500 g Sauerkraut

1 Prise Zucker

Paprikapulver, edelsüß

Pfeffer

Salz

Zubereitung

Brötchen in Bier einweichen. Zwiebeln würfeln. Mett, Hack, Eier, Senf, ausgedrückte Brötchen und Hälfte der Zwiebel verkneten. Salzen und pfeffern. Fettpfanne mit Paniermehl ausstreuen. Hackmasse gleichmäßig darauf andrücken. Im heißen Ofen (E-Herd 175°C, Gas Stufe 2) ca. 25 Minuten backen.

Paprika putzen, würfeln. Speck würfeln. Öl und Speck erhitzen, Rest Zwiebeln darin andünsten, Paprika und Sauerkraut zufügen, ca. 12 Minuten schmoren. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und Paprika würzen.

Käse reiben, mit Schmand verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Paprika abschmecken. Den Hack-Mettkuchen aus dem Ofen nehmen, die Sauerkrautmasse gleichmäßig darauf ausbreiten und Käse-Schmand-Masse verteilen. Weitere 20-25 Minuten bei gleicher Temperatur im Ofen backen.

Brennwert p. P.: 370

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

15.11.04 bär131057

Hackeintopf mit Sauerkraut

Rustikal herzhafter Eintopf aus dem Balkan

Zutaten für 4 Portionen

500 g Kartoffeln

Salz

2 Paprikaschote(n), rot

1 Zwiebel(n) (Gemüsezwiebel)

600 g Hackfleisch vom Rind

3 EL Öl

250 ml Gemüsebrühe

300 g Sauerkraut
2 TL Paprikapulver, edelsüß
1 EL Kümmel
Pfeffer
½ Bund Thymian

Kartoffeln schälen, würfeln und 10-15 Minuten in Salzwasser garen. Paprikaschoten vierteln, entkernen und in Würfel schneiden. Gemüsezwiebel pellen, längs vierteln und in Streifen schneiden. Das Hackfleisch in heißem Öl kräftig anbraten, Zwiebelstreifen zugeben, kurz andünsten und mit der Brühe ablöschen. Offen 10 Minuten kochen lassen.

Das abgetropfte Sauerkraut untermischen und 10 Minuten mitgaren. Dann Paprikastreifen, Paprikapulver und Kümmel zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und weitere 10 Minuten garen. Vor dem Servieren die Kartoffelwürfel unterziehen und heiß werden lassen. Thymianblättchen von den Stielen zupfen und darüber streuen.

Brennwert p. P.: 326

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

14.05.02 PaulinePutzig

Hackfleisch Badischer Sauerkrautauflauf

Zutaten für 4 Portionen

1 Zwiebel(n)
2 Tomate(n)
Fett, pflanzlich

300 g Hackfleisch, halb und halb

2 EL Tomatenmark
Salz

Pfeffer, grob

800 g Kartoffeln

1 Dose/n Sauerkraut

400 ml Speck Zwiebel Sauce

Zubereitung

Zwiebel abziehen, Tomaten waschen und beides würfeln. Öl in einer Pfanne erhitzen, Hackfleisch, Zwiebelwürfel und Tomatenmark zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und 10 Minuten köcheln lassen. Kartoffeln schälen, waschen und in feine Streifen schneiden. In eine große, flache Auflaufform Hackfleischmischung und Sauerkraut einschichten und schuppenförmig mit Kartoffelscheiben belegen. Sauce darauf verteilen und im

vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Gas: Stufe 3) ca. 30 Minuten garen. In der Form eine Minute abkühlen lassen und servieren.

TIPP: Statt Sauerkraut kann auch gedünstetes Weißkraut verwendet werden. Statt Kartoffelscheiben kann auch zubereitetes Kartoffelpüree verwendet werden.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

30.01.01 metal*

Hackfleisch Bosnischer Eintopf

Zutaten für 4 Portionen

300 g Hackfleisch

500 g Sauerkraut, rohes, geschnitten

½ Tasse/n Reis

1 Tasse/n Wasser

etwas Öl

1 große Zwiebel(n)

2 Zehe/n Knoblauch

Salz und Pfeffer

Majoran

1 Lorbeerblätter

Zubereitung

Zwiebel, Knoblauch und Faschiertes in wenig Öl kräftig anrösten. Sauerkraut und Lorbeerblatt einrühren und gar dünsten. Salzen und pfeffern. Reis und Wasser dazugeben und weiter dünsten, bis der Reis gar ist. Abschmecken und mit Majoran würzen. Mit Brot servieren.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

27.02.03 Angel8854

Hackfleisch Chili Suppe M

Zutaten für 6 Portionen

2 Bund Lauchzwiebel(n)

1 Chilischote(n), frisch (mal mehr, mal weniger, nach Geschmack)

3 EL Olivenöl

1 kg Hackfleisch, gemischtes

1 gr. Dose/n Sauerkraut

1 TL Paprikapulver, edelsüß

3 EL Gemüsebrühe, (Instant)
½ Bund Petersilie, frische (ersatzweise auch getrocknete)
2 EL Tomatenmark

150 g Crème fraîche

75 g Käse (Gouda), gerieben

Salz und Pfeffer, zum Abschmecken

Zubereitung

Lauch und Chilis (entschärfen durch Kerne und Häutchen entfernen) in Ringe schneiden.

Hackfleisch in Öl krümelig braten. Salzen, pfeffern. Lauch und Chili zum Hackfleisch hinzu und mit anbraten und ca. 2 EL Tomatenmark in dieser Masse anschwitzen.

Anschließend das zerkleinerte Sauerkraut hinzufügen und nun alles etwa 5 Minuten schmoren lassen. Mit Wasser aufgießen, die Instantbrühe einrühren und 20-30 Minuten bei mittlerer Hitze leicht köcheln lassen.

Zum guten Schluss die gehackte Petersilie unterrühren.

Die Creme fraîche und der Käse werden zu der Suppe am Tisch gereicht. Gut dazu schmeckt frisches Baguette.

Lässt sich super einen Tag vorher zubereiten, schmeckt dann noch besser. Herzhaft und frisch zugleich.

Ich wäre auch um Anregungen zur Suppe und ggf. Veränderungen dankbar.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

06.05.04 Simone2901

Hackfleisch Delikater Sauerkrautauflauf 4 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

3 Zwiebel(n)

250 g Möhre(n)

1 kg Sauerkraut

50 g Butter

¼ ml Wein, weiß

500 g Hackfleisch vom Rind od. gemischt nach Belieben

4 Ei

2 EL Senf

Salz

Pfeffer, frisch gemahlen

2 EL Paprikapulver, edelsüß

250 g Sahne

1 Bund Dill

Zubereitung

Zwiebel würfeln, Möhren in Scheibchen schneiden. Zwiebelwürfel, Möhrenscheiben und Sauerkraut in heißem Fett andünsten. Wein zugießen und 15 Minuten schmoren. Hackfleisch mit zwei Eiern und Senf verkneten, mit Salz, Pfeffer und Paprika abschmecken.

Sauerkraut würzen und in eine ofenfeste Form geben.

Aus dem Hackfleischteig mit zwei Esslöffeln Klöße formen und auf das Sauerkraut setzen. Form verschließen und in den Backofen schieben auf 200 Grad/Gas Stufe 3 schalten und 40 Minuten garen.

Sahne mit restlichen Eiern verrühren, dann mit Salz und Pfeffer würzen und über das Sauerkraut gießen. In der offenen Form noch etwa 15 Minuten stocken lassen. Zum Schluss mit feingehacktem Dill bestreuen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

03.04.05 samantha.1981

Hackfleisch Gefüllte Paprika M

Vitaminbombe mit Sauerkraut

Zutaten für 4 Portionen

500 g Sauerkraut

4 große Paprikaschote(n)

250 ml Wein, weiß, trocken

1 m.-große Kartoffeln

400 g Hackfleisch

2 Zwiebel(n)

1 Lorbeerblätter

8 Walnüsse

5 Wacholderbeeren

4 Tomate(n)

2 TL Öl (Olivenöl)

Salz und Pfeffer

1 Bund Petersilie

Basilikum

125 ml süße Sahne

Paprikapulver

Zubereitung

Die Paprika halbieren, entkernen, Strunk nicht entfernen. 10 Minuten in Salzwasser kochen, in kaltem Wasser abschrecken, gut abtropfen. Sauerkraut in Öl anbraten, Wacholderbeeren, Lorbeerblatt und Wein dazugeben, 15 Minuten dünsten. Die Kartoffel in das Sauerkraut reiben, grobgehackte Walnüsse und die Sahne dazugeben, aufkochen. Eine feingehackte Zwiebel in Öl andünsten, das Hackfleisch dazugeben und einige Minuten braten. Sauerkrautmasse daruntermischen, mit Salz, Pfeffer, Paprika würzen und in die Paprikahälften füllen. In einer feuerfesten Form eine kleingeschnittene Zwiebel sowie die geschälten und kleingeschnittenen Tomaten in Öl andünsten, mit Wein aufgießen und mit Salz, Pfeffer, Basilikum und Petersilie würzen. Die gefüllten Paprika in diese Soße setzen und im Backofen bei 220° ca. 15-20 Minuten braten.

Brennwert p. P.: 300

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

17.01.02 Haco

Hackfleisch Gratiniertes Sauerkraut 3 Ei M

250 g Gekochte breite Nudeln

500 g Sauerkraut

50 g Schmalz

2 Möhren

2 Paprikaschoten

1 Zwiebel

500 g Fleischtomaten

300 g Gemischtes Hackfleisch

70 g Tomatenmark (1 Döschen)

3 TI Paprikamark

2 EI Sojasauce

1 EI Paprikapulver (edelsüß)

1/2 EI Getrockneter Majoran

3 Nadeln Rosmarin

1 Msp. Salbei (gemahlen)

1/8 l Trockener Rotwein

Sauce

150 g Geriebener Parmesan

3 Kleine Ei

200 g Sahne

1 TI Senf

1/2 TI Knoblauchgranulat

30 g Butter

Das Sauerkraut in 20 Gramm heißem Schmalz 4-5 Minuten andünsten. Zwiebel fein hacken, Möhren schälen und klein schneiden, die Paprikaschoten in Streifen schneiden. Restliches Schmalz in einer Pfanne erhitzen, zuerst die Möhren darin etwa 5 Minuten andünsten. Die Paprikastreifen und die Zwiebel zugeben und weitere 2-3 Minuten dünsten.

Die Tomaten häuten und zerkleinert zum Gemüse geben, noch 2-3 Minuten köcheln. Das Gemüse aus der Pfanne nehmen.

Das Hackfleisch in dieser Pfanne anbraten, dann Gemüse wieder dazugeben sowie Tomaten- und Paprikamark, die Gewürze und den Wein unterrühren. Zusammen etwa 15 Minuten köcheln. Kräftig abschmecken.

Die Saucenzutaten verrühren. Eine Ofenform von 1.5 Liter Inhalt mit der Butter ausstreichen.

Abwechseln Nudeln, Sauerkraut und Hackfleischmasse einfüllen. Mit der Parmesansahne übergießen.

Im vorgeheizten Backofen auf der zweiten Einschubleiste von unten in etwa 40-50 Minuten bei 180 Grad Celsius backen.

Pro Person 1000 Kalorien = 4200 Joule

Hackfleisch Himmlischer Sauerkrautauflauf M

Zutaten für 4 Portionen

600 g Sauerkraut

1 Zwiebel(n)

500 g Hackfleisch, gemischt

500 g Kartoffeln, geschält, gekocht

500 g Zwiebel(n)

1/8 Liter Wein, weiß, trocken

50 g Zucker

Salz und Pfeffer

5 Lorbeerblätter

1 Stange/n Lauch

50 g Paprika in Streifen aus dem Glas

250 g Käse, gerieben

1 Becher Crème fraîche

1 EL Butter

Paprikapulver, edelsüß

Die feingehackte Zwiebel in einem Topf mit Öl glasig dünsten. Das Sauerkraut, den Weißwein, 50g Zucker, Lorbeerblätter und den Ei Butter dazugeben und ca. 5 Min. kochen lassen. Die in kleine Würfel geschnittenen Zwiebeln (500g) in einer Pfanne in Öl anbraten. Das Hackfleisch dazugeben, mit Pfeffer, Salz und Paprika deftig würzen, ca.10 Min. braten. Dabei ständig rühren, damit das Hackfleisch locker bleibt. Das Sauerkraut in eine gefettete, feuerfeste Form geben, das Hackfleisch darauf verteilen. Die gekochten Kartoffeln in Scheiben schneiden und damit abdecken. Die Paprikastreifen und den feingeschnittenen Lauch darüber streuen, die Creme fraîche in Flöckchen und den geriebenen Käse darauf verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 180°C ca.25-30 Min. überbacken.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

21.05.02 VanessaR

Hackfleisch Kartoffel Auflauf 1 Ei M

Zutaten für Portionen

1 große Zwiebel(n)

1 Zehe/n Knoblauch

3 EL Öl

125 ml Fleischbrühe

100 g Sauerrahm

500 g Sauerkraut, (aus der Dose)

100 g Käse (Greyerzer)

500 g Hackfleisch, gemischtes

500 g Kartoffeln, vorwiegend festkochende
Salz und Pfeffer

1 Ei

Cayennepfeffer

Kümmel, gemahlen

Zubereitung

Zwiebel und Knoblauchzehe schälen und fein würfeln. Öl in einer Pfanne erhitzen und das Hackfleisch darin krümelig braten. Zwiebel und Knoblauch dazugeben und kurz mitbraten. Mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer und Kümmel würzen. Kartoffeln schälen, waschen und in dünne Scheiben schneiden. Den Käse grob reiben. Backofen auf 200°C vorheizen. Brühe lauwarm erhitzen, mit Pfeffer, saurer Sahne, Ei und Käse verrühren. Eine Auflaufform ausfetten, mit Kartoffelscheiben den Boden auslegen. Die Hälfte vom Sauerkraut locker darauf verteilen. Nun die Hälfte des Hackfleisches auf dem Kraut verteilen und wieder mit Kartoffelscheiben bedecken. Restliches Kraut und Hackfleisch darauf verteilen und nochmals mit Kartoffelscheiben bedecken. Die Sahnekäsemischung über den Auflauf gießen und diesen dann bei 200°C auf mittlerer Schiene 70 Min backen. Die Form die ersten 30 Min mit Alufolie abdecken und dann abnehmen. Dazu einen gemischten Salat.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten
14.06.04 Hekras

Hackfleisch Klausenburger

Eintopfgericht oder Auflauf aus Rumänien

Zutaten für 6 Portionen

500 g Hackfleisch, gemischt

1 große Zwiebel(n)
750 g Sauerkraut, mildes
300 g Reis oder 2 Kochbeutel
1 Zehe/n Knoblauch

Zubereitung

Zwiebel klein schneiden und in Öl glasig anbraten. Einen Esslöffel davon beiseite nehmen (man braucht sie erst später wieder). Anschließend das Hackfleisch dazugeben, leicht anbraten, salzen und pfeffern. Eine kleine zerdrückte Knoblauchzehe und eine Tasse Wasser dazugeben. Das Ganze nun 10 Min. dünsten lassen.

Den Reis (man kann auch zwei Kochbeutel nehmen) in kochendes Wasser geben und 5min(!!!!!) im Wasser quellen lassen (er soll NICHT weich werden), anschließend den Reis aus dem Wasser nehmen und leicht abkühlen lassen.

Eine längliche hohe Auflaufform mit Butter einstreichen und auf dem Boden die beiseite gelegten Zwiebeln verteilen. Eine 0,5 cm Lage Kraut, eine Lage Hackfleisch, eine Lage (oder ein Kochbeutel) Reis; eine Lage Kraut, wieder Hackfleisch, eine Lage Reis (oder den zweiten Kochbeutel) und ein letztes mal Kraut darüber geben.

Die Schüssel, in der das Hackfleisch gedünstet wurde mit einer Tasse Wasser ausspülen und dieses über die oberste Lage Kraut schütten. Mit Alufolie abdecken und bei 200°C 25-30 min garen. Wenn der Reis weich ist, dann ist der Auflauf fertig!

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
06.03.03 Sunny*

Hackfleisch Klausenburger Kraut M

Zutaten für 4 Portionen

500 g Hackfleisch vom Schwein

1 Zwiebel(n)
Salz und Pfeffer
150 g Reis
500 g Sauerkraut, am besten vorgekocht

250 ml Sauerrahm oder Creme fraiche

Zubereitung

Hackfleisch, Zwiebeln anbraten, Reis nicht zu weich kochen. Danach Hackfleisch, Zwiebeln mit Salz und Pfeffer würzen. Dann etwas Wasser in den Topf, darauf Sauerkraut, Fleischmasse, Reis schichten und das gleiche noch mal. 30-45 Min bei geschlossenem Deckel köcheln lassen. 10 Minuten vor Schluss 250 ml Sauerrahm auf die Masse verteilen und die restliche Zeit ziehen lassen. Ein altes Rezept meiner Mutter. Klingt vielleicht etwas komisch. Schmeckt aber echt lecker. Bitte auf Flüssigkeit achten, dass nichts anbrennt.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
23.05.03 Hertweckpet

Hackfleisch Kohlrouladen mit Sauerkraut 1 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

1 Weißkohl
Salz und Pfeffer
100 g Reis
1 Zwiebel(n)
2 Zehe/n Knoblauch

½ Bund Petersilie

250 g Hackfleisch, gemischt

1 Ei

1 EL Tomatenmark

Paprikapulver

500 g Sauerkraut

1 Becher Crème fraîche

Brühe

Zubereitung

Kohl in Wasser blanchieren, Blätter vom Strunk lösen und leicht salzen. Reis gar kochen, gehackte Zwiebeln und Petersilie sowie die zerdrückten Knoblauchzehen mit Hack, Ei, Tomatenmark und Gewürze zum Reis geben und verkneten. Masse auf die Kohlblätter verteilen und mit Band umwickeln.

Die Hälfte des Sauerkrauts in eine feuerfeste Form füllen, Rouladen darauf verteilen, mit dem restlichen Kraut abdecken. Mit Brühe begießen und bei schwacher Hitze 2 Std. garen.

Mit Creme fraîche und Paprikapulver servieren

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

05.01.05 Uskaminski

Hackfleisch Krautknödel

Zutaten für 4 Portionen

500 g Hackfleisch, gemischt

150 g Reis, roh

1 Zwiebel(n)

Salz und Pfeffer

Sauerkraut

Fett

Majoran

Zubereitung

Zwiebel fein hacken, in Fett anrösten, mit dem Faschierten (Hackfleisch) und rohem Reis vermischen, würzen, gut durcharbeiten. Aus der Masse Knödel formen, diese mit Sauerkraut umwickeln und locker in eine befettete Form legen. Mit Wasser aufgießen, so dass die Knödel ca. drei Viertel

bedeckt sind. Im Rohr ca. 45 Min. backen, zuerst bei 250 Grad, dann auf 200 Grad reduzieren (Reis kosten).

Mit Kartoffelsalat servieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

22.08.02 Angel8854

Hackfleisch Krautpfanne M

Ländliche

Zutaten für 14 Portionen

1 kg Hackfleisch vom Schwein

1 Kopf Weißkohl, von ca. 1 Kilo

500 g Sauerkraut

3 Zwiebel(n)

2 Zehe/n Knoblauch

½ TL Kümmel, gemahlener

1 EL Tomatenmark

2 TL Majoran

½ Liter Brühe (kräftige Rindfleischbrühe)

400 g Schmand

Salz und Pfeffer

Paprikapulver

Muskat

Zubereitung

Hackfleisch mit den grob gewürfelten Zwiebeln anbraten, den nicht zu fein geschnittenen Weißkohl und das Sauerkraut hinzufügen, die Knoblauchzehen fein zerreiben und mit dem Salz und den Gewürzen begeben. Alle Zutaten werden nach der Zugabe des Tomatenmarks gut durchgeschwitzt und anschließend mit der Rindfleischbrühe aufgefüllt. Zugedeckt etwa 30 Minuten schmoren, dabei öfter mal Umrühren. Zu guter Letzt den Schmand unterziehen, nochmals kurz durchkochen lassen und abschmecken.

Am besten schmeckt dazu Reis oder Kartoffeln.

Am besten macht man das in einem Bräter

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

29.06.04 Mikesmama

Hackfleisch Krautwickel auf Bosnische Art 1 Ei

Sarmen

Zutaten für 4 Portionen

1 Kopf Weißkohl

1 gr. Dose/n Sauerkraut

500 g Hackfleisch, gemischtes

1 Ei

50 g Reis, roher, ca. Mengenangabe!

Salz

Pfeffer

Paprikapulver

Zubereitung

Dies ist ein Rezept meiner Großmutter, das es bei uns meist um Weihnachten gibt. Dann wird einmal groß gekocht und man kann tagelang davon essen und es wird immer besser.

Deshalb sind die Mengenangaben auch eher vage und das Kochen ist viel Improvisation.

Das Weißkraut entstrunken. In einem großen Topf Wasser kochen und den Kopf Weißkraut darin garen, bis sich die großen Blätter lösen. Diese nacheinander ablösen. Die groben Mittelstrünke entfernen.

Hackfleisch mit rohem Reis und Ei mischen. Mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen.

Diese Masse in 8 große Weißkrautblätter füllen - einwickeln.

In einen großen Topf abwechselnd eine Schicht übrige Weißkrautblätter (grob geschnitten), Sauerkraut und Sarmen einfüllen. Als oberste Schicht kommt Weißkraut.

Heißes Wasser einfüllen und zum Kochen bringen. Vorsichtig vor sich hin köcheln lassen und hin und wieder mit einem Kochlöffelstiel seitlich bis nach unten hineinfahren und etwas anheben, damit die Flüssigkeit wieder ganz nach unten kommt und nichts abrennt.

Kochdauer etwa 45 Minuten.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

11.03.05 marguerida

Hackfleisch Maghrebinischer Eintopf I M

Zutaten für 4 Portionen

1 Tasse/n Reis

Salz
2 Tasse/n Sauerkraut, gek.
2 Zwiebel(n), in Würfeln

300 g Hackfleisch

1 Paprikaschote(n), rote
1 Dose/n Champignons, in Scheiben
Paprikapulver, edelsüß
Pfeffer

200 g saure Sahne

1 Bund Petersilie

Zubereitung

Reis mit der doppelten Menge Wasser und etwas Salz gar kochen. In einem zweiten Topf Zwiebelwürfel und Hack anbraten. Dann zerrupftes Sauerkraut, Champignons und in Stücke geschnittene Paprika zugeben und weiter köcheln lassen. Wenn die Paprika noch bissfest ist, Reis zugeben und gut vermengen. Noch mal etwas köcheln lassen. Zum Schluss mit Paprikapulver und Pfeffer abschmecken. Dazu saure Sahne oder Joghurt reichen und mit Petersilie garniert servieren.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten
10.02.04 lioness1981

Hackfleisch Maghrebinischer Eintopf II M

Zutaten für 4 Portionen
2 Zwiebel(n)
100 g Champignons
3 EL Butter

300 g Hackfleisch

½ TL Salz
1 Prise Pfeffer, schwarz
½ TL Paprikapulver
2 Tasse/n Reis, gekocht
2 Tasse/n Sauerkraut, gekocht
½ Paprikaschote(n), rot

125 ml saure Sahne

Zubereitung

Zwiebeln und geputzte Champignons hacken. Butter in einem Topf erhitzen. Zwiebeln, Champignons und Hackfleisch in den Topf geben und 15 Minuten braten.

Hackfleisch mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Reis, Sauerkraut und in Streifen geschnittene Paprikaschote in den Topf einrühren und 5 Minuten ziehen lassen.

Eine feuerfeste Form buttern und den Eintopf einfüllen. Das Gericht im vorgeheizten Backofen 20 Minuten bei 200°C auf mittlerer Schiene überbacken.

Eintopf in der Form servieren und bei Tisch die saure Sahne zugießen. Heiß mit deftigem Bauernbrot servieren.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

13.07.05 hemet-nisut-weret

Hackfleisch Mitternachtssuppe mit Sauerkraut

Zutaten für 4 Portionen

250 g Hackfleisch, gemischt

Fett

50 g Speck, geräuchert, gewürfelt

125 g Wurst (Rohpolnische, ein Paar auch Bauernwürste etc. genannt)

250 g Paprikaschote(n), grüne

200 g Sauerkraut

435 g Bohnen, rote

3 EL Tomatenmark

1 Zwiebel(n)

2 Zehe/n Knoblauch

¼ Liter Wasser

¼ Liter Wein, rot

2 Würfel Brühe

Salz und Pfeffer

2 TL Paprikapulver, (gerne scharf, aber eben je nach Geschmack)

Zucker

Zubereitung

Hackfleisch in Fett kräftig anbraten, Zwiebel, Knoblauch und Paprikaschoten in Würfel geschnitten und die in Scheiben geschnittene Wurst zufügen, kurz andünsten. Das Tomatenmark beigeben, Bohnenwasser auf 1/2 Liter mit Wasser auffüllen und das Hackfleisch damit ablöschen. Rotwein zusammen mit dem Brühwürfel zugeben und aufkochen lassen. 10 Minuten köcheln lassen. Bohnen und Sauerkraut zugeben. Mit Salz, Zucker, Pfeffer und Paprika pikant abschmecken. Darf ruhig etwas scharf sein! Dazu dann der Rest des Rotweins, falls er reicht.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
07.10.04 Alexandradiezweite

Hackfleisch Penner Pfanne M

Zutaten für Portionen

200 g Hackfleisch, gemischtes

1 kl. Dose Sauerkraut

4 EL Crème fraîche

3 Zehe/n Knoblauch, Harissa nach Geschmack
Salz, nach Geschmack

Zubereitung

Hackfleisch in einer Pfanne krümelig anbraten. Sauerkraut, Harissa, Salz zugeben. Knoblauch zerdrücken und ebenfalls zugeben. Mit Deckel ca. 10 Min garen lassen.

Crème Fraîche hinzufügen und gut durchrühren.

Dazu schmecken (meiner Meinung nach) am besten festkochende Kartoffeln.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten
: 08.01.05 itachi_san

Harissa ist eine Würzpaste aus frischen Chilis, Kreuzkümmel, Knoblauch und Olivenöl, lieber Otto42! Man kann sie fertig kaufen oder aber auch selbst herstellen!

Gruß Katharina 11.01.2005 11:10

Hackfleisch Ratsherrensuppe M

Sauerkrautsuppe mit Hackfleisch

Zutaten für 4 Portionen

500 g Hackfleisch, Rind oder Schwein

2 Liter Brühe, z.B. Brühwürfel nehmen

2 Zwiebel(n)

500 g Sauerkraut aus der Dose
½ EL Paprikapulver
½ TL Cayennepfeffer
1 TL Kümmel, gemahlen
1 Dose/n Tomatenmark, groß

1 Becher Schmand

Zubereitung

Gehacktes mit kleingeschnittenen Zwiebeln im Topf anbraten, die Brühe dazugeben, Sauerkraut, Gewürze und Tomatenmark zufügen, ca. 30 min. köcheln lassen. Vor dem Servieren noch den Schmand unterrühren.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten
28.03.01 SilkeW

Hackfleisch Rheinische Lumpensuppe

Zutaten für 4 Portionen

½ kg Hackfleisch
½ kg Sauerkraut
3 große Zwiebel(n)
2 große Paprikaschote(n)
2 Würfel Bratensaft
1 kl. Flasche Tomatenketchup
3 EL Curry - Ketchup
1 Würfel Brühe
Salz und Pfeffer
Paprikapulver

Zubereitung

Die Paprika und die Zwiebeln klein schneiden. Dann das Hackfleisch zusammen mit den Zwiebeln anbraten, Paprika, Sauerkraut und den Ketchup dazugeben und das mit 1l Wasser auffüllen, dann den Bratensaft und den Brühwürfel dazu geben. Das ganze aufkochen und dann 1/2 Stunde köcheln lassen. Zum Schluss die Suppe mit Salz, Pfeffer und Paprika abschmecken.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
22.08.04 Lesekueken

Hackfleisch Sauerkraut Eintopf 2 Eigelb M

mit Knoblauch
'Präsidenten Wecker Suppe'

Zutaten für 4 Portionen

500 g Hackfleisch vom Schwein

2 große Zwiebel(n), gewürfelt

1 kl. Dose Tomatenmark

2 EL Paprika (Mark)

1 Dose/n Sauerkraut, à 850 ml

1 TL Kümmel

1 Liter Fleischbrühe

Für die Sauce:

Mayonnaise

2 Eigelb

saure Sahne

viel Pfeffer

Knoblauch, frisch

Milch aus der Dose

Zubereitung

Hackfleisch, Sauerkraut, Zwiebeln, Tomaten- und Paprikamark ca. 20 Min. miteinander kochen lassen. Kümmel mit kochendem Wasser abgießen (ca. 1 Tasse) und dazu geben. Fleischbrühe angießen und das Ganze noch mal ca. 20 Min. köcheln lassen.

Aus den Saucenzutaten eine dickflüssige Soße zusammenrühren (Knoblauchzehen pressen oder mit Salz zerdrücken) und bei Tisch direkt in die heiße Suppe geben (jeder nach Geschmack).

Dazu unbedingt Brot (Baguette o.ä.) reichen!

Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten

25.04.01 Alexandra

Hackfleisch Sauerkraut Pizza I M

Zutaten für 16 Portionen

2 Brötchen (Laugenbrötchen)

1 Flasche Bier (0,33l), hell

1 Zwiebel(n) (Gemüsezwiebel)

750 g Mett

750 g Hackfleisch, gemischt

1 EL Senf

3 EL Paniermehl

50 g Speck, geräuchert

1 Dose/n Sauerkraut

150 g Käse (Gouda)

Paprikapulver, edelsüß

250 g Schmand

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Brötchen im Bier einweichen, Zwiebel schälen und hacken. Mett, Hack, Eier, ausgedrückte Brötchen, Senf und Hälfte Zwiebel verkneten, würzen. Auf eine mit Paniermehl bestreute Fettpfanne geben und andrücken. Bei 175°C ca. 25 Minuten vorbacken.

Speck würfen, im heißen Öl auslassen. Rest Zwiebeln andünsten. Paprika putzen, waschen, würfeln. Sauerkraut ausdrücken. Beides zugeben und ca. 12 Minuten schmoren. Mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen.

Krautmasse auf dem Hack verteilen. Käse reiben. Mit Schmand verrühren und würzen. Auf das Kraut geben und bei gleicher Temperatur weitere 20-25 Minuten backen.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 15 Minuten

26.04.02 Tabea33

Klingt klasse, aber wie putzt, wäscht und würfelt man edelsüßes Paprikapulver??

25.02.2004 11:39

Hackfleisch Sauerkraut Pizza II M

Zutaten für 8 Portionen

Für den Teig:

1 Pck. Hefe

1 EL Zucker

500 g Mehl

1 TL Salz

4 EL Öl
250 ml Wasser

Für den Belag:

500 g Hackfleisch, gemischt

1 gr. Dose Sauerkraut
1 Tube/n Tomatenmark

200 g Käse, geriebener

Salz
Pfeffer
Paprikapulver

Zubereitung

Hefe in einer Tasse/Schüssel mit Zucker verrühren, bis alles flüssig ist (!kein Wasser o.ä. dazu!). Mehl in eine große Schüssel; Öl, Wasser und aufgelöste Hefe dazu. Danach das Salz (und evtl. italienische/französische Trockenkräuter nach Belieben) dazu und gut durchkneten. Teig auf doppelte Größe gehen lassen.

Hackfleisch mit etwas Öl anbraten und schön zerrühren, mit Salz, Pfeffer, Paprika pikant abschmecken. Sauerkraut über einem Sieb gut abtropfen lassen oder in einem frischen Geschirrtuch ausdrücken.

Backofen auf 225 °C vorheizen.

Teig auf Backblech (gefettet bzw. mit Backpapier ausgelegt) ausrollen und mit Tomatenmark bestreichen. Hackfleisch und Sauerkraut etwas gezupft auftragen (sonst hat man die Sauerkraut Fäden" so lang rumliegen), Käse darüber streuen und ca. 20-25 Minuten goldgelb backen.

Guten Appetit!

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

14.10.04 mattanja2002

Hackfleisch Sauerkraut Topf M

Zutaten für 4 Portionen
250 g Sauerkraut

250 g Hackfleisch

1 Zwiebel(n)

1 Becher Crème fraîche

½ Liter Fleischbrühe
1 Prise Salz und Pfeffer
Cayennepfeffer

Paprikapulver

Zubereitung

Zwiebel schälen und fein hacken. Zwiebel in heißem Öl andünsten und dann Hackfleisch zufügen. Danach das Sauerkraut. 5 Minuten dünsten. Dann mit 1/2 l Fleischbrühe aufgießen und Creme fraiche sowie die Gewürze dazugeben und noch 15 Minuten köcheln lassen.

Danach sofort servieren.

Dazu passt Bauernbrot.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

06.05.04 sandy0123

Hackfleisch Sauerkraut Wickel M

Sarma

Zutaten für 4 Portionen

1 Kopf Sauerkraut, mögl. mit Saft

1 kg Hackfleisch

1 Tasse/n Reis, gekocht

2 Zehe/n Knoblauch

1 Zwiebel(n)

200 g Speck, mager, gerauchter

1 Ei

Salz und Pfeffer

Brühe, gekörnt

1 EL Tomatenmark

Sauerrahm, (auf Wunsch)

Zubereitung

Dieses Rezept stammt aus Kroatien, ist superlecker, gesund und schmeckt immer besser, je öfters man es aufwärmt:

Blätter vom Sauerkraut-Kopf ablösen.

Alle Zutaten für Füllung mischen und kräftig abschmecken.

Jedes Sauerkrautblatt jeweils mit der Fleischmasse füllen und aufrollen.

(Ca. 1/3 aufrollen, dann die Seitenteile einschlagen, Rest aufrollen. So halten die Wickel zusammen.) In einen großen Topf die Wickel einschichten, dazwischen das Speckstück legen. Mit Wasser und ggf. Sauerkrautsaft auffüllen, bis alle Wickel bedeckt sind. Zum Kochen bringen, Temperatur klein stellen und ca. 1 bis 1,5 Std. auf kleinster Stufe köcheln.

Für die „schlanke Saucen-Version“: Tomatenmark in die heiße Flüssigkeit einrühren.

Mehr Kalorien aber auch schmackhafter: aus Fett und Mehl eine Mehlschwitze herstellen, Tomatenmark einrühren und mit einem Teil der heißen Sauerkrautbrühe ablöschen. Wichtig ist, dass die Brühe heiß ist, sonst gibt es Klümpchen! Glattrühren, kurz aufkochen und in die restliche Brühe zu den Krautwickeln geben.

Hierzu passt: Kartoffelpüree

Auf Wunsch: Einen Klecks **saure Sahne** auf die auf dem Teller angerichteten Portionen geben

Guten Appetit!

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten

27.03.03 Itusek59

Hackfleisch Sauerkrautpudding 1 Ei

Zutaten für 4 Portionen

500 g Sauerkraut

1 TL Zucker

1 Apfel

1 EL Schweineschmalz

750 g Kartoffeln

400 g Hackfleisch, gemischt

1 Scheibe/n Toastbrot

1 Ei

1 Zwiebel(n)

Salz und Pfeffer

Muskat

Margarine zum Einfetten

Zubereitung

Kartoffeln schälen, in wenig Salzwasser gar kochen, abgießen und mit einem Kartoffelstampfer zerdrücken. Mit Salz und Muskat abschmecken. Abkühlen lassen.

Apfel und Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. In einem Topf das Schmalz erhitzen und die Apfel- und Zwiebelwürfel goldgelb andünsten. Sauerkraut und Zucker zugeben, alles gut verrühren, Deckel schließen und bei kleiner Energiezufuhr etwa 20 Minuten garen. Das Sauerkraut ebenfalls abkühlen lassen.

Aus Hackfleisch, in Wasser eingeweichtem und gut ausgedrücktem Toast, Ei und den Gewürzen einen pikant abgeschmeckten Fleischteig zubereiten.

Eine verschließbare Puddingform von ca. 2 l Inhalt mit etwas Margarine einfetten und abwechselnd Hackfleisch, Sauerkraut und Kartoffelbrei einschichten. Die unterste Schicht sollte Hackfleisch sein und der Kartoffelbrei den oberen Abschluss bilden. Die Puddingform schließen.

Einen passenden, sehr hohen Topf bis zur Hälfte mit heißem Wasser füllen und zum Kochen bringen. Die Puddingform einsetzen, Topfdeckel auflegen und die Hitze reduzieren. Bei kleiner Hitze 60-70 Minuten leise köcheln lassen. Die Form herausnehmen und öffnen. Etwas ausdampfen lassen, dann mit einem spitzen Messer den Puddingrand vorsichtig lösen und den Sauerkrautpudding auf eine vorgewärmte Servierplatte stürzen. Sofort servieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

06.07.05 hamster8

Habe aber keine verschließbare Puddingform?

Kann man das auch irgendwie anders machen?

LG, Zauberfee 07.07.2005 10:49

Hallo Zauberfee!

Da bin ich überfragt. Habe das bis jetzt nur in der Puddingform gemacht. Vielleicht kann man den auch in einer Auflaufform mit Deckel im Ofen wie Gratin machen. Aber ob das Ergebnis dann auch so ist wie in der Puddingform kann ich nicht sagen.

Aber was mir grade einfällt: Vielleicht hast du eine Schüssel aus Edelstahl mit Deckel. Das könnte dann per Wasserbad funktionieren wie die Puddingform. Mal probieren.

LG, hamster8 07.07.2005 13:16

Hackfleisch Sauerkrautsuppe M

Zutaten für 4 Portionen

250 g Zwiebel(n)

1 Zehe/n Knoblauch

50 g Speck (Frühstücksspeck)

1 EL Öl

250 g Hackfleisch, gemischtes

1 Liter Fleischbrühe

125 ml Sahne

2 EL Tomatenmark

1 EL Paprikapulver, edelsüß

Salz und Pfeffer
250 g Sauerkraut
1 EL Zucker
4 cl Weinbrand
Cayennepfeffer

60 ml Schlagsahne

Kerbel, zum Garnieren

Zubereitung

Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein hacken. Frühstücksspeck in feine Würfel schneiden. Alles in einem Topf in Öl anbraten. Hackfleisch zerpfücken, ebenfalls in den Topf geben und 10 Minuten unter rühren krümelig dünsten. Das Ganze mit Fleischbrühe und Sahne aufgießen, mit Tomatenmark, Paprika, Salz und Pfeffer würzen und 5 Minuten kochen lassen.

Suppe mit dem Mixer oder Pürierstab pürieren. Sauerkraut klein schneiden und in die Suppe geben. Mit Zucker, Weinbrand und Cayennepfeffer abschmecken.

Sahne steif schlagen, die Suppe auf Teller verteilen und mit einem Sahnehäubchen servieren. Mit Kerbel garnieren.

Brennwert p. P.: 480

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

20.11.04 jasy1

Hackfleisch Sauerkrauttopf mit Pilzen 1 Ei

zum Vorbereiten

Zutaten für 4 Portionen

20 g Steinpilze, getrocknet

200 g Möhre(n)

200 g Champignons, kleine weiße

1 Zwiebel(n)

1 m.-großes Ei)

300 g Mett oder Hackfleisch Halb und Halb

4 EL Öl

30 g Butter

500 g Sauerkraut

700 g Gemüsebrühe

1 Bund Dill

Salz

Pfeffer

Zucker
300 g Kartoffeln

Zubereitung

Steinpilze in 300 ml heißem Wasser einweichen. Möhren schälen und in Scheiben schneiden. Champignons putzen. Zwiebel pellen, würfeln und mit Ei, Salz, Pfeffer und Mett zu einem glatten Teig verkneten (bei Hackfleisch Halb und Halb etwas Semmelbrösel oder eingeweichtes Weißbrot oder Brötchen mit verarbeiten). Daraus ca. 30 Klößchen formen.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Klößchen und Champignons darin bei mittlerer Hitze 4-6 Min. rundherum braun braten. Beides herausnehmen. Butter im Bratfett schmelzen. Sauerkraut darin andünsten.

Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. Steinpilze mit der Flüssigkeit, Möhren, Kartoffeln, Klößchen, Champignons und Brühe zugeben. Zugedeckt bei milder Hitze 10-15 Min. leise kochen. Dill fein schneiden. Den Eintopf mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen, Dill unterrühren und servieren.

Brennwert p. P.: 276

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

02.03.05 Feuervogel

Hackfleisch Schnitzel auf Krautnudeln 1 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

400 g Hackfleisch, (gemischt)

1 Brötchen

2 Zwiebel(n), fein geschnitten

2 Tomate(n)

4 Scheibe/n Käse (Emmentaler)

1 Ei

250 g Sauerkraut

1 Möhre(n)

100 g Crème fraîche

100 ml Wein, weiß

150 g Nudeln

Butter, zum Anbraten

Paprikapulver, edelsüß

Salz und Pfeffer

Muskat

Zubereitung

Den Backofen auf 200 °C vorheizen. Das Brötchen in etwas Milch einweichen. Die Nudeln al dente kochen. - 3 Scheiben Käse würfeln. Die Hälfte der Zwiebeln, das ausgedrückte Brötchen, Hackfleisch, Ei und gewürfelten Käse in eine Schüssel geben und gut vermischen. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und etwas Paprikapulver würzen. Aus dem Fleischteig 4 Schnitzel formen. In einer Pfanne etwas Butter zerlassen und die Hackfleisch-Schnitzel darin von beiden Seiten je 4 Minuten anbraten. Dann in eine ofenfeste Form geben. Die Tomaten enthäuten und die Schnitzel damit belegen. Die letzte Käsescheibe in lange Streifen schneiden und diese über die belegten Schnitzel garnieren. Die Schnitzel im Ofen ca. 10 - 15 Minuten gratinieren lassen.

Für die Krautnudeln die Möhre schälen und in feine Streifen schneiden. Das Sauerkraut zerschneiden. In einem Topf mit etwas Butter die restlichen Zwiebeln mit den Möhrenstreifen und dem Sauerkraut etwa 10 Minuten dünsten. Dann die vorbereiteten Nudeln zugeben, mit Wein ablöschen und nochmals 5 Minuten köcheln lassen. Zum Schluss Crème Fraîche unterziehen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. - Die Hackfleisch-Schnitzel auf den Krautnudel anrichten.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
12.12.02 hgmeier

Hackfleisch Topf M

Elsässer

Zutaten für 4 Portionen
800 g Sauerkraut, aus der Dose

500 g Hackfleisch, gemischt

200 g Käse, Emmentaler gerieben

125 ml Wein, rot

1 Zwiebel(n)

1 EL Öl

1 EL Butter, für die Auflaufform

1 EL Tomatenmark

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Sauerkraut aus der Dose in ein Sieb geben und unter Wasser gut abwaschen. eine Auflaufform mit Butter ausfetten und das Sauerkraut locker einfüllen. Die Zwiebel schälen und in Würfel schneiden. In einem Topf das Öl erhitzen und die Zwiebelwürfel glasig werden lassen. Hackfleisch so lange braten bis es krümelig ist, dann mit dem Rotwein ablöschen und das Tomatenmark dazu geben, mit Pfeffer und Salz würzen. Die Sauce etwas einkochen lassen. In der Zwischenzeit den Käse reiben.

Hackfleisch auf dem Sauerkraut in der Mitte verteilen und mit Käse bestreuen. Backofen auf 180 Grad Umluft oder 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Auflaufform auf der 2. Schiene von unten ca. 20 Min. überbacken.

Brennwert p. P.: 560

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

01.05.05 Feuervogel

Hackfleisch Würziger Sauerkrautauflauf M

Zutaten für 4 Portionen

250 g Hackfleisch, gemischtes

1 Zwiebel(n)

1 Stange/n Lauch

500 g Sauerkraut

800 g Kartoffeln

250 ml Wasser

1 EL Gemüsebrühe, (Pulver)

200 ml Milch, 1,5 g Fett

2 EL Tomatenmark

2 EL Petersilie, gehackt

In einer beschichteten Pfanne das Hackfleisch ohne Fett anbraten, austretendes Fett abschöpfen und das Fleisch herausnehmen. Zwiebel in Würfel, Lauch in Ringe schneiden und in der Pfanne andünsten. Sauerkraut abtropfen lassen und mit in die Pfanne geben. Kartoffeln in sehr dünne Scheiben schneiden. Die Hälfte des Sauerkrauts in eine Auflaufform schichten, darauf die Kartoffelscheiben, dann das Hackfleisch geben. Mit dem restlichen Sauerkraut belegen.

Ofen auf 200 Grad vorheizen. Wasser zum Kochen bringen, Gemüsebrühe darin auflösen, mit Milch und Tomatenmark verrühren und über den Auflauf gießen. Im Backofen 60 min. garen, mit Petersilie garnieren.

Brennwert p. P.: 335

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

17.10.04 sbrand

Hackfleischsuppe M

Zutaten für 4 Portionen

8 EL Öl

8 EL Zwiebel(n), gehackt

500 g Hackfleisch, gemischt

3 EL Mehl

4 EL Tomatenmark

1 Liter Fleischbrühe

500 g Sauerkraut

4 Kartoffeln, gekocht

Salz

Pfeffer

Paprikapulver

Kümmel

4 EL Wein, weiß

1 Becher Sauerrahm

Zubereitung

Zwiebeln in Öl anbraten, Hackfleisch zugeben und mitbraten, mit Mehl bestäuben. Tomatenmark unterrühren, mit Brühe aufgießen und ca. 20 Minuten köcheln lassen. Sauerkraut klein schneiden, Kartoffeln würfeln, beides zugeben, würzen und mit Weißwein und Sauerrahm abschmecken.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

30.11.04 nessie1

Mett [Stammtischsuppe](#) M

Zutaten für 8 Portionen

3 große Zwiebel(n)

2 Zehe/n Knoblauch

6 EL Öl

1 kg Mett

1 Dose/n Sauerkraut

1 Dose/n Tomatenmark

1 Liter Tomatensaft

1 Liter Fleischbrühe

8 Gewürzgurke(n)

1 Bund Petersilie

300 ml saure Sahne

Paprikapulver

Salz

Pfeffer
Kümmel, gemahlen
Tabasco

Zubereitung

Zwiebeln und Knoblauch würfeln und beides in Öl andünsten. Mett hinzufügen und gut anbraten. Sauerkraut auseinander zupfen und hinzufügen. Tomatenmark, -saft, Fleischbrühe, Gewürze dazugeben und aufkochen lassen. Bei schwacher Hitze ca. 30 Min. köcheln lassen. Die Suppe mit Tabasco herzhaft abschmecken. Gurken in feine Scheiben schneiden und kurz vor dem Servieren dazugeben. Petersilie fein hacken. Die Suppe in Teller füllen, auf jede Portion einen Klecks saure Sahne und obenauf etwas gehackte Petersilie.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.
11.01.02 Monika

Mett Sauerkrautauflauf

Zutaten für 5 Portionen
1 Dose Sauerkraut

750 g Mett

1 Zwiebel(n)
Salz und Pfeffer
1 Paprikaschote(n), rot
1 Paprikaschote(n), grün
Paprikapulver, edelsüß

Zubereitung

Das Sauerkraut ca. 20 Minuten garen. Gleichzeitig das Mett mit der gewürfelten Zwiebel anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Die 2 Paprikaschoten in Würfel schneiden und mit zum Mett geben. Dann in einer Auflaufform zunächst den Boden mit Sauerkraut belegen, die Hälfte von der Mett-Paprikamischung draufgeben, wieder Sauerkraut, den Rest vom Mett-Paprika und obenauf wieder Sauerkraut.

Alles mit der Sahne begießen und Paprikapulver über den gesamten Auflauf streuen. Die Form mit Alufolie abdecken und bei Umluft ca. 45 Minuten bei 200 Grad garen. Durchziehen lassen.

Dazu schmeckt selbst gemachtes Püree.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
14.05.05 Nenntel

Rinderhack Hefeklöße auf Sauerkraut 1 Ei M

Klöße

Portion/en: 4

Für den Hefeteig

250 g Weizenmehl (Type 405)

1/2 Päckchen Trockenbäckhefe

1/8 l lauwarme Milch

Salz

40 g Butter oder Margarine

Für die Füllung

375 g Rinderhackfleisch

1 Ei

1 Zwiebel; gewürfelt (50 g)

Salz

Pfeffer

1 Bund Petersilie (gehackt)

Für das Sauerkraut

100 g Bacon (Frühstücksspeck)

1 Zwiebel (50 g)

1 Dose Sauerkraut (770 g Abtropfgewicht)

1 rote Paprikaschote (100 g)

1/2 l Instand-Brühe

Salz

Pfeffer

Wacholderbeeren

Teigzutaten verkneten, 30 Minuten gehen lassen. Füllungszutaten verkneten, abschmecken. Acht Klößchen daraus formen. Hefeteig in acht Stücke teilen, flachdrücken. Jeweils ein Fleischklößchen darauf geben, den Teig darüber ziehen und zu einem Kloß formen. Bacon und Zwiebelwürfel bräunen.

Sauerkraut, Paprikastreifen, Brühe und Gewürzzutaten zugeben. Klöße drauflegen und ca. 20 Minuten abgedeckt garen. Nach Belieben mit Majoran garnieren.

Pro Person ca. 760 kcal (3190 kJ)

Zubereitungszeit: ca. 1 1/2 Stunden.

* aus "Für Sie" 11/92

Rinderhack Paprika Sauerkraut Topf M

Zutaten für 4 Portionen

300 g Hackfleisch (Rinderhack)

500 g Kartoffeln
2 Paprikaschote(n), rot
1 Liter Brühe
1 Dose Sauerkraut, klein
2 Zwiebel(n)
1 Zehe/n Knoblauch, n.B.
1 EL Paprikapulver, edelsüß
1 TL Kümmel, gemahlen oder ganz
1 TL Zucker
2 EL Öl

250 ml saure Sahne

1 Bund Petersilie

Zubereitung

Kartoffeln schälen, Paprikaschoten entkernen, beides in Würfel schneiden. Zwiebeln schälen, halbieren und in Scheiben schneiden. Paprika, Kartoffeln und Zwiebeln kurz, aber kräftig im Öl anbraten. Paprikapulver, Zucker und Kümmel dazugeben und kurz mit braten.

Brühe dazugießen. Sauerkraut dazugeben. Kochen, bis die Kartoffeln gar sind (ca. 20 Minuten). Rinderhackfleisch scharf und krümelig anbraten, kräftig würzen, zur Suppe geben.

Petersilie fein hacken und mit der sauren Sahne mischen. Vorm Servieren einen Klecks in jeden Teller geben.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

16.07.05 Kringelchen

Fleisch Hirsch

Hirschgulasch Sauerkraut Gratin M

4 Personen

500 g Sauerkraut
1 Zwiebel

50 g Butter

1/8 l Apfelwein

Salz

Pfeffer

Zucker

400 g Hirschgulasch

2 El Pflanzenöl

300 g Kartoffeln

2 Birnen

40 g Rosinen

150 ml Sauerrahm

100 ml Schlagsahne

50 g Emmentaler, gerieben

Sauerkraut zerpfücken und etwas kleinschneiden. Die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Butter erhitzen und die Zwiebel drin glasig dünsten. Sauerkraut zufügen und kurz mitdünsten. Mit Apfelwein ablöschen, würzen und alles zugedeckt etwa 15 Minuten schmoren lassen.

Inzwischen das Fleisch waschen, trocken tupfen und in kleine Würfel schneiden. Öl erhitzen und das Fleisch darin ringsherum braun anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Kartoffeln schälen, waschen und in dünne Scheiben schneiden. Im kochenden Salzwasser 3 Minuten blanchieren und dann gut abtropfen lassen. Die Birnen schälen, vierteln, das Kerngehäuse heraus schneiden und die Birnen in dünne Streifen schneiden.

Nun Sauerkraut, Fleisch, Kartoffeln und Birnen abwechselnd in eine Gefettete flache Auflaufform schichten. Die Rosinen waschen, abtropfen lassen und darübersteuben.

Sahne verschlagen und mit Salz und Pfeffer würzen. Über das Gratin gießen und mit Käse bestreuen.

Das Gratin bei 200 Grad etwa 30 Minuten überbacken.

Fleisch Rind

Fleisch Bigos

Sauerkraut mit Fleisch

Zutaten für 8 Portionen

500 g Rindfleisch

500 g Schweinefleisch

500 g Kasseler

500 g Wurst (Krakauer, frisch)

1000 g Sauerkraut

6 Zwiebel(n)

2 Paprikaschote(n), grün oder rot

3 EL Paprikapulver, edelsüß

Salz und Pfeffer, Lorbeerblätter

Öl oder Pflanzenfett zum anbraten

Wacholderbeeren

Das Fleisch in gleichmäßige Stückchen schneiden, zuerst das Rindfleisch kräftig anbraten, dann Schwein und Kassler zugeben, zuletzt die Krakauer (ich kaufe sie bei einem schlesischen Metzger) zugeben, dann die in Würfel geschnittenen Zwiebel und die Paprikastreifen zugeben. Mit reichlich schwarzem Pfeffer und Salz würzen und einige Zeit schmoren lassen. Das Sauerkraut zugeben, in ein Gewürzbeutelchen oder Plastikteebeutel die Lorbeerblätter und die etwas zerstoßenen Wacholderbeeren geben und mit etwas Wasser oder Fleischbrühe ablöschen. Schmoren, bis das Fleisch weich ist. Zwischendurch immer etwas Brühe zugeben. Zum Schluss mit edelsüßem Paprika abschmecken. Dazu ein Bauernbrot oder auch Kartoffeln reichen.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

17.11.04 juwa

Fleisch Schlesischer Bigos

Dieser Eintopf schmeckt nach jedem Aufwärmen noch besser!

Zutaten für 8 Portionen

150 g Speck, (geräucherter Bauchspeck), in feinen Würfeln

750 g Schweinefleisch, gewürfelt

750 g Rindfleisch, gewürfelt

2 große Zwiebel(n), gehackt

1 TL Kümmel, ganz

2 TL Majoran, getrocknet

2 große Lorbeerblätter

1 EL Paprikapulver, edelsüß
3 EL Tomatenmark
1 kl. Kopf Weißkohl, gehobelt
½ Dose/n Sauerkraut
1 Apfel, säuerlicher, geschält, in kleine Stücke geschnitten

400 g Wurst (geräucherte Mettwürstchen), in Scheiben

Salz und Pfeffer

Öl

Zubereitung

Öl in einem großen Topf erhitzen. Bauchspeck darin auslassen, Zwiebeln zugeben, glasig werden lassen, dann Fleisch zugeben und anbraten. Gewürze beifügen, kurz mitschmoren lassen. Mit Wasser aufgießen, ca. 1 1/2 Stunden kochen, dann Weißkraut, Sauerkraut und Apfel beifügen, noch ca. 3/4 Stunde kochen lassen, Würstchen begeben und mit Salz abschmecken.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

12.05.05 aschpazi

Gulasch Dianas Sauerkrautsuppe

Zutaten für 8 Portionen

100 g Speck, durchwachsener geräucherter

500 g Gulasch vom Schwein

500 g Gulasch vom Rind

2 Zwiebel(n)

Salz

Pfeffer, schwarzer

Cayennepfeffer

2 EL Brühe, klare (Instant)

1 Pfefferschote

2 Lorbeerblätter

810 g Sauerkraut, (1 Dose)

3 Cabanossi, (geräucherte Knoblauchhartwürste)

2 EL Tomatenmark

Zubereitung

Speck würfeln, im Topf auslassen. Gulasch darin anbraten. Zwiebeln gewürfelt zugeben. Mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer würzen. Brühe in 2 l heißem Wasser auflösen. Zusammen mit Pfefferschote und Lorbeer zugeben. Im geschlossenen Topf 1 Std. garen. Sauerkraut zufügen, 30

Min. kochen. Cabanossischeiben und Tomatenmark zufügen und weitere 30 Min. garen. Noch einmal abschmecken

Brennwert p. P.: 400

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

27.07.05 Amely

Lebergeschnetzeltes mit Apfelsauerkraut

2 Pers

Für das Sauerkraut:

2 Schalotten (kleine Zwiebeln)

8 Trauben

1 EL Walnussöl

250 g Sauerkraut

1 Tasse Apfelsaft

3 Wacholderbeeren

1/2 Apfel

6 Walnüsse

Salz und Pfeffer

Für das Geschnetzelte:

250 g Kalbsleber

2 EL Öl

2 Schalotten

1/2 TL Paprikapulver edelsüß

1 TL Mondamin

1/2 Tasse Weißwein

1 Tasse Gemüsebrühe

40 ml Apfelessig

1 Lorbeerblatt

1/2 rotbackiger Apfel (Elstar oder Cox Orange)

1 TL Honig

1 EL Gehackte Petersilie

1/2 TL Pfeffer

Für's Sauerkraut, Schalotten würfeln und in Öl glasig dünsten. Sauerkraut in 2 cm Abschnitte schneiden - 2 EL rohes Sauerkraut zurückstellen - übriges Sauerkraut zu den Zwiebeln geben und kurz mitdünsten. Mit Apfelsaft ablöschen und die mit der Gabel zerdrückten Wacholderbeeren dazugeben und 25 Minuten garen. Abschließend den geriebenen Apfel, die zerkleinerten Walnüsse und das rohe Sauerkraut und Trauben dazugeben und

mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kalbsleberscheiben mit Küchenkrepp trocknen und in 1 cm breite Streifen schneiden. Geschnetzeltes mit Paprika und Pfeffer bestreuen und in 1 EL Öl ca. 3 Minuten rundherum braun anbraten. Aus der Pfanne nehmen, leicht salzen und abdecken. Schalotten in feine Ringe schneiden und im restlichen Öl zusammen mit dem Mondamin bräunen. Mit Wein, Brühe und Apfelessig ablöschen, Lorbeerblätter hineingeben und 5 Minuten einköcheln lassen. Apfel in kleine Würfel schneiden. Leberscheiben und Apfelstücke dazugeben, mit Honig, Salz und Pfeffer abschmecken und mit Petersilie bestreuen.

Zubereitungszeit

Vorbereitungszeit: 15 min.

Zubereitungszeit: 30 min.

Pro Portion: 372 Kcal

450 mg Cholesterin

2,07 BE

Rind/Schwein Sauerkraut Gulasch M

Zutaten für 4 Portionen

500 g Sauerkraut

Salz, Pfeffer, Zucker

40 g Schweineschmalz

250 g Gulasch vom Schwein

250 g Gulasch vom Rind

4 Zwiebel(n)

1 Zehe/n Knoblauch

Paprikapulver, extra scharf

1 EL Mehl

250 ml Bier, hell

125 ml Sahne

Zubereitung

Das Sauerkraut mit der Flüssigkeit erhitzen, mit Salz, Pfeffer, Zucker, Paprikapulver kräftig würzen, durchziehen lassen. Das Schmalz erhitzen, das Gulaschfleisch von allen Seiten darin anbraten. Die Zwiebeln abziehen, grob würfeln. Die Knoblauchzehe abziehen, zerdrücken, mit den Zwiebelwürfeln zu dem Fleisch geben, mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver kräftig würzen, etwa 5 Min. durchbraten lassen, das Bier hinzugießen, im geschlossenen Topf etwa 50 Min. schmoren lassen. 3 EL von der Soße mit

der Sahne verrühren, unter Rühren zu dem Gulasch geben, mit dem Sauerkraut auf einer Platte anrichten, sofort servieren. Petersilienkartoffeln oder Kartoffelklöße dazureichen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
13.08.02 Biene62

Rinderhack Sauerkrautsuppe

Zutaten für 12 Portionen

- 7 Zwiebel(n)
- 1 Paprikaschote(n), rot
- 1 Paprikaschote(n), grün

1 kg Gehacktes vom Rind

- 2 Gurke(n) (Essiggurken)
- 1 gr. Dose/n Sauerkraut, ohne Saft, zerkleinert
- 2 Tube/n Tomatenmark
- 2 Tube/n Paprikamark, ersatzweise mehr Tomatenmark verwenden
- 2 Liter Brühe, gekörnt
- Salz und Pfeffer
- Tabasco
- Senf
- Fett, zum Braten

Zubereitung

Zwiebeln, Paprika und Gurken würfeln und in Fett andünsten. Gehacktes anbraten, Sauerkraut und Tomatenmark dazugeben. Alles zusammen in einen Topf geben und mit gekörnter Brühe auffüllen. Mit Salz, Pfeffer, Tabasco und Senf abschmecken.

30 Minuten leicht kochen. Mehrmals umrühren, damit es nicht ansetzt.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
22.01.05 elke662003

Rindfleisch Borschtsch aus Sibirien M

Familienrezept

Zutaten für 6 Portionen

500 g Rindfleisch (Suppenfleisch)

- 100 g Bohnen, bunte
- 1 Pkt. Sauerkraut, mild

2 Knolle/n Rote Bete, roh oder gekocht
4 Kartoffeln
2 Karotte(n)
4 Tomate(n) (man kann auch die Dose nehmen)
2 Zwiebel(n)
Pfeffer
Lorbeerblatt
Petersilie

saure Sahne

Salz
Chilischote(n)
Wasser

Zubereitung

Die Bohnen lege ich über Nacht ins Wasser, damit sie nicht so lange kochen müssen (oder man benutzt ein Schnellkochtopf ca. 40 Minuten).
Fleisch und Bohnen in einen Topf geben, Wasser zugießen und kochen, bis die Zutaten gar sind. Mildes Sauerkraut hinzufügen.
Kartoffeln schälen, klein schneiden, in den Topf geben. Salz, Pfeffer, Lorbeerblatt, Chilischote dazugeben. Rote Bete und Karotten auf einer groben Reibe reiben. Die Hälfte in den Topf geben.
Zwiebeln schälen, klein schneiden. Tomaten klein schneiden.
Tomaten, Zwiebeln, Karotten und Rote Beete (die übrige Hälfte) in der Pfanne anbraten und in den Topf geben.
In der Kälte kann Borschtsch bis zu zwei Wochen stehen und schmeckt mit der Zeit nur noch besser. In den Teller noch etwas saure Sahne geben und schön vermischen.
Man kann auch noch zusätzlich mit Knoblauch würzen.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten
16.11.04 kriffel

Rindfleisch Sauerkrautsuppe nach Art des Braumeisters

Zutaten für 4 Portionen

500 g Rindfleisch (Hohe Rippe)

1 Liter Wasser
1 Bund Suppengrün
1 Zwiebel(n)
500 g Sauerkraut
1 Tasse/n Wasser
3 EL Öl
2 EL Zwiebel(n), in Ringen

- 2 Lorbeerblätter
- Pfeffer - Körner
- 1 Tasse/n Bier, hell
- 1 EL Mehl
- 1 Dose/n Tomatenmark, klein
- Salz
- Zucker
- Knoblauchpulver

Das gewaschene Rindfleisch mit dem geputzten, kleingeschnittenen Suppengrün und der abgezogenen, grob gehackten Zwiebel in dem Wasser in etwa 1,5 Std. gar kochen, das Fleisch klein schneiden.

Das Sauerkraut mit dem Wasser (1 Tasse), dem Öl, Zwiebelringen, Lorbeerblättern und Pfefferkörnern gar kochen lassen, das Bier und die Fleischbrühe hinzugießen, die Suppe mit Mehl binden. Fleisch und Tomatenmark dazugeben, mit Salz, Zucker, Knoblauchpulver abschmecken.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
07.08.02 Biene62

Rindfleisch Stschi M

Gehaltvolle russische Suppe

Zutaten für 4 Portionen

750 g Rindfleisch zum Kochen

- 1 Möhre(n)
- 1 Zwiebel(n)
- 1 halbe Petersilie (Wurzel)
- 1 Sellerie
- 750 g Sauerkraut
- 1 EL Butter
- ½ Liter Wasser
- 1 große Kartoffeln
- 20 g Steinpilze, getrocknet
- 1 Möhre(n), gewürfelt
- 1 Sellerie, gewürfelt
- 1 Zwiebel(n), geschnitten
- Petersilie (Wurzel)
- 1 TL Majoran, getrocknet
- 6 Pfeffer (Körner), angedrückt
- 1 Prise Liebstöckel, getrocknet
- 2 Knoblauch (Zehen)
- 3 EL Dill, gehackt
- 1 EL süße Sahne

100 ml saure Sahne

Salz

Brot (Roggen), frisch

Zubereitung

750 g Rindfleisch zum Kochen mit einer Zwiebel, je 1/2 Petersilienwurzel, Möhre und Sellerie in kaltes Wasser geben und 2 Stunden kochen lassen. Nach der Hälfte der Kochzeit salzen.

750 g Sauerkraut mit 1/2 L Wasser und 1 EL Butter in einen Tontopf geben und in der Röhre garen lassen. (Hat man keinen Tontopf, dann auf der Herdplatte im Topf !)

Das Sauerkraut in die fertige, durchgeseihte Brühe geben. 1 große Kartoffel vierteln und mit Pilzen (getrocknete Steinpilze oder frische) in etwas Wasser garen. Danach alles, mit dem Wasser, zur Brühe geben. 1 kleingeschnittene Zwiebel, 1 Möhre, Selleriewürfel und Petersilienwurzel, Pfefferkörner, 1 TL Majoran und eine Spur Liebstöckel dazu geben und alles 20 Min. köcheln lassen, bis das Gemüse gar ist.

Dill und etwas Knoblauch zugeben und 15 Min. ziehen lassen.

Das Fleisch klein schneiden und die Suppe nochmals erhitzen, vom Feuer nehmen und 1 EL süße und 100 ml saure Sahne unterziehen.

Man isst Roggenbrot, wenn es geht natürlich selbstgebacken und noch warm, dazu.

Am besten schmeckt Stschi aufgewärmt!

Zubereitungszeit: ca. 3 Std.

10.02.01 kein Name

Rindsgulasch mit Sauerkraut

4 Portionen

800 g Rindsvoressen (Schulter)

1/2 TL ; Salz

; Pfeffer aus der Mühle

1 EL Mehl

Öl zum Anbraten

Außerdem

2 Rübli (etwa 250 g)

2 rotschalige Äpfel

1 Zwiebel; gehackt

500 g rohes Sauerkraut; abgetropft

3 dl Apfelwein, oder Saft

1 Fleischbouillonwürfel

6 Wacholderbeeren
2 El Korinthen
1 Lorbeerblatt
1 Zimtstange
1/2 TL ; Zucker

Fleisch mit Haushaltspapier trocken tupfen. Gewürze und Mehl mischen, Fleisch portionenweise darin wenden, im Brattopf im heißen Öl anbraten, herausnehmen. Hitze reduzieren, evt. etwas Öl zugeben, Rübli und einen Apfel an der Röstiraffel direkt in den Brattopf reiben. Zwiebeln beifügen, alles andämpfen. Sauerkraut zugeben, mitdämpfen. Mit der Hälfte der Flüssigkeit ablöschen. Restliche Zutaten und beiseite gestelltes Fleisch darunter mischen.

Zugedeckt bei kleiner Hitze etwa 75 Minuten garen. Restliche Flüssigkeit nach und nach dazugießen. Den zweiten Apfel in Scheibchen schneiden, in den letzten 5 Minuten zum Gulasch geben. Lorbeerblatt und Zimtstange entfernen.

DAZU: Salzkartoffeln

Tipp : In Butter oder Margarine geröstete Brotwürfelchen über das fertige Gericht streuen. Sauren Halbrahm zum Gulasch servieren.

Schtschi M

Zutaten für 4 Portionen

750 g Rindfleisch, am besten Schmorbraten
750 g Sauerkraut, frisch (kein Weinkraut aus der Dose!)
1 EL Steinpilze, getrocknet
1 kl. Glas Steinpilze, eingelegt
1 Möhre(n)
1 g Kartoffeln
250 g Steckrübe(n)
2 Zwiebel(n), 1 ganz, 1 gewürfelt
1 Knolle/n Sellerie
1 Wurzel/n Petersilie, möglichst mit Grün, sonst 1 Stängel Petersilie extra

1 EL Butter

1 EL süße Sahne

100 ml Schmand

8 Körner Pfeffer, schwarz
1 TL Majoran
Salz

2 Zehe/n Knoblauch, durchgepresst
1 Bund Dill, gehackt

Zubereitung

Das Rindfleisch mit der ganzen Zwiebel, je 1/2 Möhre, Petersilienwurzel und Sellerie in 1 Liter kaltes Wasser geben und 90 Minuten kochen. Dann salzen und 30 Minuten weiterkochen.

Die Brühe sieben, das Fleisch beiseite stellen und nach dem Abkühlen klein schneiden, das Gemüse nicht weiter verwenden.

Das Sauerkraut mit 500 ml kochendem Wasser und der Butter in einen Topf geben, verschließen und in den auf 150°C vorgeheizten Backofen geben. Nach ca. 30 Minuten herausnehmen und zu der Brühe und dem Fleisch geben.

Die Trockenpilze und die geviertelte Kartoffel in einen kleinen Topf geben, 250 ml kaltes Wasser dazu, zum Kochen bringen und ca. 20 Minuten kochen. Zu der Fleischbrühe und dem Kraut geben.

Zu den Brühen und dem Kraut die gewürfelte Zwiebel und das übrige, klein geschnittene Wurzelgemüse sowie die Gewürze, außer Knoblauch und Dill, geben, salzen und 20 Minuten kochen. Dann vom Feuer nehmen, Dill und Knoblauch zufügen und 15 Minuten zugedeckt warm stellen.

Vor dem Auftragen die eingelegten Pilze und den Schmand auf den Tellern verteilen. Dazu kräftiges Roggenbrot servieren.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten
22.03.05 Gdaboss

lustiger Name! 23.03.2005 12:09

Vera - Schtschi ist russisch und die Bezeichnung für die wichtigste Mahlzeit der traditionellen russischen Küche. Es gibt viele Rezeptvarianten von "reich" - mit viel Fleisch - bis "leer" - nur aus Kohl.

Da "schtsch" im Russischen nur ein Buchstabe ist, ist es nur ein zweibuchstabiges Wort wie "Ei".

24.03.2005 11:47

Fleisch Schwein

Bacon Sauerkrautknödel 1 Ei

Zutaten für 4 Portionen
800 g Kartoffeln
100 g Sauerkraut
1 Zwiebel(n)

100 g Bacon (Frühstücksspeck)

1 Ei

100 g Mehl
etwas Salz
etwas Pfeffer

Zubereitung

Kartoffel mit Schale ca. 20 min kochen und abkühlen lassen. Danach schälen und durch die Kartoffelpresse drücken. Sauerkraut klein schneiden. Die Zwiebel und den Speck ebenfalls klein schneiden und zusammen in einer Pfanne anbraten. Danach alles zusammen zu einem Teig verkneten und mit Salz und Pfeffer würzen. Sollte der Teig noch zu klebrig sein, kann man mehr Mehl verwenden. Aus dem Teig Knödel formen und in heißem Öl goldbraun ausbacken.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten
18.11.04 Aeppler

Bauchfleisch Bettlergulasch

Zutaten für 2 Portionen

4 Scheibe/n Fleisch (Bauchfleisch)

200 g Sauerkraut, frisches
3 Lorbeerblätter
4 Kartoffeln
2 Zehe/n Knoblauch
1 EL Öl
Salz

Zubereitung

Das Bauchfleisch in ca. 2 cm breite Streifen schneiden. In einer Pfanne das Öl sehr stark erhitzen. Die Bauchfleischstücke hineingeben und richtig "kross" anbraten. Wenn das Fleisch so richtig knusprig gebraten ist, das Sauerkraut und die 3 Lorbeerblätter hinzu geben. Mit einem Schuss Wasser ablöschen.

Die in kleine Würfel geschnittenen Kartoffeln hinzugeben und die Pfefferkörner einmengen. Dann ca. 30 min köcheln lassen. Mit Salz kann man noch ein wenig nachwürzen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
13.01.05 Audiohunter

Bauchfleischrouladen mit Sauerkraut

Zutaten für 4 Portionen

750 g Schweinefleisch (Bauchfleisch), mager, in dünnen Scheiben

Salz und Pfeffer

1 Bund Petersilie

1 Dose Sauerkraut

2 EL Öl

250 ml Wein, weiß, trocken

250 ml Wasser

2 Zwiebel(n)

2 Lorbeerblätter

4 Wacholderbeeren

etwas Zucker

Butterschmalz

Saucenbinder

Zubereitung

Jede Scheibe Fleisch flach klopfen, mit Salz und Pfeffer würzen. Petersilie hacken und mit Sauerkraut auf jede Scheibe legen, aufrollen, mit Holzstäbchen verschließen. Rouladen anbraten, mit Wein und Wasser ablöschen, 1,5 Stunden schmoren lassen. Zwiebeln gewürfelt mit dem restlichen Sauerkraut dazugeben, dünsten, Gewürze hinzufügen und 30 Minuten garen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

24.02.05 traute2

Bratwurst Brät Sauerkrautkroketten mit 6 Ei M

herzhafter Füllung

Zutaten für 4 Portionen

180 g Blattspinat, tiefgekühlt

400 g Sauerkraut, gegart

3 EL Butterschmalz

100 g Bratwurst - Brät

6 Ei

150 g Semmelbrösel

Salz

Pfeffer

Muskat

3 EL Mehl

2 EL Butter

250 ml Gemüsebrühe

250 ml Milch

200 g Käse (Emmentaler), gerieben

Zubereitung

Spinat auftauen, Kraut abtropfen lassen - beides klein schneiden und in einem EL Butterschmalz andünsten. Danach fein pürieren. Mit Brät, 4 Eiern und Semmelbröseln zu einem glatten Teig verarbeiten, der dann mit den Gewürzen abgeschmeckt wird. Aus der Masse gleichgroße Kroketten formen. In 1 EL Mehl, zwei verquirlten Eiern und anschließend in den restlichen Semmelbröseln wenden. Im restlichen Butterschmalz goldbraun braten. Die Butter zerlassen und das restliche Mehl einrühren und anschwitzen. Gemüsebrühe und Milch nach und nach dazugeben. Unter ständigem Rühren ca. 5 Minuten köcheln lassen - mit Salz und Pfeffer abschmecken. Soße zu den Kroketten servieren.

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten

29.10.03 Rince

Bratwurst Gebratenes Sauerkraut

Zutaten für 4 Portionen

2 Dose/n Sauerkraut

8 Stück Bratwurst, Nürnberger

3 Zwiebel(n)

Fett (Palmin oder Zwiebelschmalz)

Zubereitung

Die Bratwürstchen in etwas Fett in der Pfanne schön braun braten und dann aus der Pfanne nehmen. Beiseite stellen.

In dem Bratwurstfett 3-4 Zwiebeln, gehackt, schön kross braten. Man gibt dann das Sauerkraut in die Pfanne mit etwas Palmin oder noch besser Zwiebelschmalz.

Das Kraut braten, bis es schön braun ist.

Die Würstchen auf das Kraut legen und noch mal so erwärmen.

Dazu wie gewohnt selbstgemachten Kartoffelbrei.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

09.06.05 kraepfel

Ich brate mein Sauerkraut auch immer, vornehmlich jedoch mit Enten- oder Gänseschmalz.

Das Schöne an der Braterei ist, dass selbst das krachsauerste Kraut dadurch lieblich wird.

LG momu17 10.06.2005 15:29

Bratwurst Schupfnudel Kraut Auflauf M

Zutaten für 6 Portionen

- 1 Dose/n Sauerkraut (Abtropfgewicht 765g)
- 2 Zwiebel(n)
- 3 Zweig/e Majoran

50 g Speck, durchwachsen

600 g Bratwurst, rohe grobe

- 2 TL Paprikapulver, edelsüß
- Salz und Pfeffer
- Fett für die Form
- 1 kg Nudeln (Schlupfnudeln)

250 g Käse (würziger Schnittkäse, z.B. Bergkäse)

400 g Schmand oder Crème fraîche

- 1 EL Zitronensaft
- 1 EL Butter

Zubereitung

Sauerkraut abtropfen lassen und etwas kleiner hacken. Zwiebeln in Ringe schneiden oder hobeln. Majoranblättchen von den Stielen zupfen, ca. 2/3 hacken, Rest zur Seite legen. Speck klein würfeln. Brät aus den Würsten drücken. Speck in einer Pfanne bei mittlerer Hitze auslassen, Brät zufügen, leicht anbraten, aus der Pfanne nehmen. Zwiebeln im Bratfett 5 Min. dünsten, Sauerkraut zugeben und noch etwas weiter andünsten. Mit gehacktem Majoran, Paprikapulver, Pfeffer und ein wenig Salz würzen. Backofen auf 200°C vorheizen (Umluft: 180°C, Gas: Stufe 3-4) vorheizen. Auflaufform fetten, Schlupfnudeln mit dem Brät mischen. 2/3 des Käses fein, Rest grob reiben. Schmand mit Zitronensaft, Pfeffer, wenig Salz und dem feingeriebenen Käse verrühren. Layerweise Sauerkraut, Schlupfnudeln und Käse-Schmand Mischung in die Form schichten. Mit Schlupfnudeln abschließen. Schlupfnudeln mit zerlassener Butter bestreichen. Auflauf im heißen Ofen ca. 30 Min. goldbraun backen. Restlichen Käse 10 Min. vor Ende der Backzeit über den Auflauf streuen. Fertigen Auflauf mit Majoranblättchen garnieren.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

20.02.04 Hobbykoechin

Bratwurst Tschechische Sauerkrautsuppe M
Zelnacka

Zutaten für 4 Portionen

40 g Fett (Schweinefett)

1 Zwiebel(n)

1 Liter Brühe, vom Rind

300 g Sauerkraut

60 g Speck, durchwachsen

100 g Bratwurst, in kleine Stücke geschnitten oder Rauchfleisch

Paprikapulver

Salz und Pfeffer

Zitronensaft

saure Sahne

Zubereitung

Fett zerlassen und die gewürfelte Zwiebel darin glasig werden lassen, das Sauerkraut zugeben und kurz mit anrösten. Brühe aufgießen und köcheln lassen. In einer Pfanne den gewürfelten Speck auslassen, die Bratwurststücke zugeben und mitbraten lassen. Etwas Paprikapulver darüber stäuben und schnell alles in die Suppe geben.

Mit den Gewürzen abschmecken und evtl. je Teller einen Klecks saure Sahne auf die Suppe geben. Sehr heiß servieren.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

30.08.01 Sonja*

Bratwurstbällchen auf Sauerkraut 4 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

400 g Zwiebel(n)

800 g Kartoffeln

3 EL Butterschmalz

600 g Sauerkraut

250 ml Gemüsebrühe

600 g **Bratwurst** - Brät, ersatzweise Schweinemett

4 Ei

200 g Schmand

Paprikapulver

Salz und Pfeffer, aus der Mühle

1 Bund Petersilie

Die Zwiebeln schälen und grob hacken, die Kartoffeln schälen und in Scheiben schneiden.

Das Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen. Zwiebeln und Sauerkraut dazugeben und 4-5 Min. anschmoren. Brühe und Kartoffeln dazugeben, in 15 Min. weich schmoren. Die Sauerkraut-Mischung ohne Brühe (nach Belieben in einem Sieb abtropfen lassen) in eine ofenfeste Form geben.

Aus dem Mett Klößchen formen, auf dem Sauerkraut verteilen. Im Ofen bei 180°C 30 Min. backen.

Die Eier mit dem Schmand verquirlen, mit Paprika, Salz und Pfeffer würzen und über das Sauerkraut gießen. In der offenen Form nochmals 15 Min. stocken lassen. Mit gehackter Petersilie bestreut servieren. Dazu passt ein kühles Bier.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

07.06.05 Sivi

Bratwurstpfanne mit Sauerkraut

Zutaten für 3 Portionen

600 g Kartoffeln, fest kochende

Salz

1 Zwiebel(n)

1 EL Öl

5 **Stück Bratwurst**, grobe fränkische à 70 g

300 g Sauerkraut

Pfeffer, schwarzer aus der Mühle

1 Bund Schnittlauch

Kartoffeln schälen, würfeln, in kochendem Salzwasser etwa 7 Minuten vorgaren und abgießen. Zwiebel schälen und würfeln. 2 EL Öl erhitzen und die Bratwürste darin rundherum braun braten. Herausnehmen und Kartoffeln samt Zwiebeln im Bratfett unter Wenden in etwa 10 Minuten goldbraun braten. Dabei das übrige Öl zugeben. Die Würste in Scheiben schneiden. Kartoffeln salzen und pfeffern. Bratwurst und das mit einer Gabel aufgelockerte Sauerkraut zufügen und alles etwa 2 Minuten weiter

braten. Sobald das Kraut gebräunt ist, den in Röllchen geschnittenen Schnittlauch darüber streuen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

09.08.04 Sivi

Bratwurstschüssel, Nürnberger

Zutaten für 4 Portionen

500 g Sauerkraut, rohes

100 g Zwiebel(n), gewürfelt

200 g Apfel, in Scheiben

200 g Kartoffeln, in Scheiben, rohe

250 ml Wein (Frankenwein)

Salz

Essig

Zucker

Kümmel

6 Stück Bratwurst, rohe fränkische

Zubereitung

Sauerkraut, Zwiebelwürfel, Apfelscheiben, Kartoffelscheiben mischen, mit Weißwein übergießen und mit Salz, Essig, Zucker, Kümmel würzen. Auf den Boden des gewässerten Römertopfes 2 Paar Bratwürste legen, das Krautgemisch darauf verteilen, die restlichen Bratwürste darauf legen. Garzeit ca. 120 min. bei 250°C.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

31.05.03 Sivi

Cabanossi Herbsteintopf M

Zutaten für 4 Portionen

1 Dose/n Sauerkraut (580 ml)

500 g Kartoffeln

1 Liter Gemüsebrühe (Instant)

350 g Porree

150 g Cabanossi oder geräucherte Würstchen

4 Stiel/e Petersilie

100 g Crème fraîche oder Creme legere

Salz und Pfeffer, weiß
Kümmel, gemahlen
evt. Paprikaschote(n), rot
evt. Paprikapulver, edelsüß

Zubereitung

Sauerkraut abtropfen lassen. Kartoffeln schälen, würfeln. Brühe aufkochen, gewürfelte Kartoffeln hineingeben und ca. 10 Minuten garen. Porree in Ringe schneiden. Cabanossi längs halbieren und in Scheiben schneiden. Sauerkraut, Porree und Cabanossi zur Brühe geben und weiter 15 Minuten garen. Suppe mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen. Petersilie hacken. Suppe auf 4 Teller verteilen, Creme fraiche als Klecks drauf geben, mit Petersilie bestreuen.
Wenn der Eintopf aufpeppt werden soll, kann noch 1 rote Paprikaschote (in feinen Streifen) dazugeben werden und das Ganze mit Paprika edelsüß kräftig gewürzt werden. Anstelle der Cabanossi sehen auch geräucherte Würstchen super aus.
Dazu schmeckt Bauernbrot oder Ciabatta.

Brennwert p. P.: 370

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten
14.11.04 Chaoskira

Cabanossi Pikanter Krautauflauf 2 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

500 g Kartoffeln

200 g Cabanossi

2 Paprikaschote(n), rot
1 Dose/n Sauerkraut, (314ml)

1 Becher saure Sahne

2 Ei

2 EL Rinderbrühe
1 Prise Zucker
1 Prise Pfeffer

Zubereitung

Backofen auf 200°C vorheizen. Kartoffeln mit Schale kochen, pellen und in Scheiben schneiden. Cabanossi in Scheiben schneiden. Paprikaschoten waschen, entkernen und in Würfel schneiden. Sauerkraut klein schneiden und mit den anderen Zutaten in eine Auflaufform geben. Die Sahne mit

den Eiern, der Rinderboullion, Zucker und Pfeffer verquirlen und über die Zutaten gießen. Den Auflauf ca. 35 Min. backen. Wer mag, kann auch noch Käse (nach Geschmack) drüberstreuen.

Brennwert p. P.: 471

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

16.03.02 CrazyLady

Cabanossi Sauerkraut Paprika M

Zutaten für 4 Portionen

6 Paprikaschote(n), rote

Salz

750 g Kartoffeln, fest kochende

1 Zwiebel(n)

150 g Cabanossi

1 EL Butterschmalz

300 g Sauerkraut, rohes

Salz und Pfeffer, schwarzer, aus der Mühle

1 TL Majoran, getrocknet

½ TL Zucker

1 Bund Schnittlauch

250 ml Fleischbrühe

200 g Sahne

75 g saure Sahne

Fett, für die Form

Zubereitung

Von den Paprikaschoten jeweils einen Deckel abschneiden. Die Schoten putzen, waschen und innen salzen.

Die Kartoffeln waschen, schälen und in dünne Scheiben schneiden. Mit Salzwasser bedeckt etwa 5 Minuten vorkochen, dann abgießen.

Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Cabanossi in dünne Scheiben schneiden. Das Schmalz in der Pfanne erhitzen und die Würste darin anbraten. Die Zwiebelwürfel und das Sauerkraut dazugeben, im heißen Fett wenden. Mit Salz, Pfeffer, dem Majoran und dem Zucker würzen.

Den Backofen auf 200°C vorheizen. Den Schnittlauch abspülen und in Röllchen schneiden. Die Hälfte davon unter das Sauerkraut mischen. Diese Mischung in die Paprikaschoten füllen.

Eine ofenfeste Form einfetten, die Kartoffeln hineingeben und die heiße Brühe angießen. Die Paprika darauf setzen, den Deckel auflegen. Im heißen Ofen (Mitte, Gas Stufe 3, Umluft 180°C) etwa 40 Minuten garen.

Die Sahne und die saure Sahne verrühren, über die Kartoffeln gießen und offen noch etwa 10 Minuten schmoren lassen. Mit dem übrigen Schnittlauch bestreut servieren.

Brennwert p. P.: 600

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

02.07.05 ajnom

Cabanossi Sauerkrauteintopf M

Zutaten für 6 Portionen

250 g Speck, geräuchert

1 Zwiebel(n)

1 Zehe/n Knoblauch

¾ Liter Fleischbrühe

425 g Sauerkraut

250 g Kasseler

1 Paprikaschote(n), grüne

1 EL Paprikapulver, edelsüß

250 g Cabanossi

Tabasco

Salz

1 Becher Rahm (frischer Landrahm)

Zubereitung

Den Räucherspeck fein würfeln und anbraten. Die Zwiebel und die Knoblauchzehe klein schneiden, dazugeben und glasig dünsten. Mit der Fleischbrühe aufgießen und das Ganze zum Kochen bringen. Das Sauerkraut und das kleingeschnittene Kasseler hinzugeben und die Suppe zugedeckt etwa 30 Minuten köcheln lassen. Die Paprika in feine Streifen schneiden, zur Suppe geben und das Ganze mit Paprikapulver, Tabasco und Salz abschmecken. Die Kabanos in dünne Streifen geschnitten zufügen und bei schwacher Hitze in der Suppe 15 Minuten ziehen lassen. Den Landrahm cremig rühren und unterheben. Dazu schmeckt Stangenweißbrot.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

08.08.02 Joviv

Ein kleiner Tipp für jene, die Tabasco nicht mögen bzw. grundsätzlich ablehnen (wegen des Geschmacks, nicht wegen der Schärfe):

Ich verwende meistens nur mehr scharfes Chilipulver bzw. - wenn's interessanter sein soll - kleingeschnittene getrocknete Chillischoten!
Weiteres geben einige Tropfen Fischsauce (Asienladen) dem ganzen einen besonderen Touch - ist aber Geschmackssache! 21.03.2003 10:13

am Freitag gab es den leckeren Eintopf.
Hat gestern aufgewärmt noch besser geschmeckt .Sehr einfach bei der Zubereitung und ist geschmacklich der Hit.
Wir werden nur nächstes mal ein oder 2 Kartoffeln mit kochen.
Danke VG Jürgen und Nancy 23.01.2005 17:06

Cabanossi Szegediner Sauerkraut Auflauf M

Zutaten für 4 Portionen

1 gr. Dose Sauerkraut
2 Zwiebel(n)

1 EL Butterschmalz

200 g Cabanossi

1 TL Fleischbrühe

2 große Paprikaschote(n), rote und grüne

250 g Schmand oder Creme fraiche

50 g Käse (Edamer), gerieben

Salz, weißer Pfeffer, Edelsüßpaprika
Petersilie zum Garnieren

Zubereitung

Sauerkraut abtropfen lassen. Zwiebeln schälen und würfeln. Butterschmalz in einer ofenfesten Pfanne erhitzen. Wurst in Scheiben schneiden und darin anbraten. Herausnehmen. Zwiebeln und Sauerkraut im Bratfett andünsten. Edelsüßpaprika darüber streuen, kurz mit andünsten. Mit 1/4 Liter Wasser ablöschen und aufkochen. Brühe einrühren. Zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 30 Min. schmoren. Paprika waschen, putzen und in kleine Stücke schneiden. Ca. 5 Min. vor ende der Garzeit zum Sauerkraut geben. Schmand und Käse verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Edelsüßpaprika würzig abschmecken. Die Schmandmasse über das Gemüse geben. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 225°C/ Umluft: 200°C) 10 bis 15 Minuten überbacken.

Brennwert p. P.: 480

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

28.01.02 Elli K.

Cabanossi Wurst Sauerkraut Auflauf 5 Ei M

Portion/en: 4

100 g Butter oder Margarine

5 Ei

100 g Weizenmehl (Type 405)

150 g Creme fraiche

200 g geriebener Raclette Käse

250 g Kabanossi-Wurst

500 g Sauerkraut

Salz

Pfeffer

Majoran

1 rote Paprikaschote (200 g)

Fett schaumig rühren. Eigelb und Mehl unterrühren. Creme fraiche, die Hälfte des Käses, Wurstscheiben, abgetropftes Sauerkraut und Gewürze zufügen. Paprika waschen, putzen, in Streifen schneiden, zugeben.

Eischnee unterheben. Abschmecken. Masse in eine Auflaufform füllen.

Mit restlichem Käse bestreuen. Bei 175 Grad ca. 45 Minuten backen.

Pro Person ca. 1000 kcal (4200kJ)

Zubereitungszeit: ca. 1 Stunde

* aus "Für Sie" 20/91

Eisbein auf Sauerkraut

Zutaten für 4 Portionen

1 Schweinshaxe(n), hintere (ca. 1,5 kg)

800 g Sauerkraut

1 große Zwiebel(n)

2 EL Zucker

1 Apfel, säuerlich

2 Lorbeerblatt

6 Wacholderbeeren

1 TL Kümmel

1 m.-große Kartoffeln

250 ml Fleischbrühe

2 EL Schweineschmalz

Zubereitung

Die Zwiebel schälen, mittelfein würfeln. In einem ausreichend großen Topf den Zucker im Schmalz karamellisieren lassen, die Zwiebel zugeben, anlaufen lassen, das ausgedrückte Sauerkraut zugeben und mehrmals anbraten lassen, mit der Fleischbrühe ablöschen, die Gewürze zugeben. Die Haxe waschen, abtrocknen, auf das Sauerkraut geben und ca. 1,5 Stunden auf kleiner Flamme garen.

Die Kartoffel schälen, das Fleisch warm stellen, die Kartoffel in das Sauerkraut reiben und abbinden lassen, evtl. noch Brühe zufügen. Das Fleisch vom Knochen lösen, in Portionstücke teilen und auf dem Sauerkraut servieren.

Beilage: Salzkartoffeln, Semmelknödel

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten

08.11.04 midgard2kopf

Eisbein Berliner mit Sauerkraut und Erbsenpüree

Glutenfrei / Eifrei / Sojafrei / Nussfrei

Zutaten für 2 Portionen

250 g Erbsen, trockenen grüne, über Nacht einweichen

etwas Fleischbrühe oder Schinkenbrühe

etwas Salz und Pfeffer, oder Muskatnuss

etwas Butter

2.5 EL Butter ODER

125 g Speck, gewürfelter magerer

2 Zwiebel(n)

300 g Sauerkraut

1 EL Schmalz (Gänse- oder Schweineschmalz)

1.5 Tasse/n Wein, weiß, herb

1 Lorbeerblatt

einige Wacholderbeeren

1 Tasse/n Ananas, gewürfelt, aus der Dose

1 Eisbein, mild gepökelt, nicht allzu fettes pro Person

3 Liter Wasser

3 Gewürzkörner

1 Lorbeerblatt

einige Pfeffer - Körner

- 1 Zwiebel(n)
- 1 Suppengrün, nach Belieben
- 1 TL Zucker ODER
- 1 TL Essig

Zubereitung

Die eingeweichten Erbsen in kaltem, ungesalzenen Einweichwasser ansetzen + zugedeckt langsam weich kochen (Schnellkochtopf). Heiß durch ein Sieb treiben (oder pürieren) + mit einem Stück Butter + heißer Brühe, Salz, Pfeffer oder Muskatnuss zu einem geschmeidigen Brei abrühren. Butter oder Speck zerlassen, Zwiebelringe darin knusprig braten + über das Püree geben.

Sauerkraut im Fett andünsten, mit der Gabel auflockern, 1 Tasse Weißwein zugießen, Gewürze beifügen + das Kraut langsam weich dünsten. Eventuell ein wenig Wein nach gießen. (vor dem Anrichten die abgetropften Ananaswürfel drunter ziehen).

Für das Eisbein Wasser mit den Gewürzen + Gemüse aufkochen (kein Salz), die Eisbeine hinzugeben, sie sollen bedeckt sein, + bei milder Hitze langsam weich kochen.

Sie sind gar, wenn sich das Fleisch leicht vom Knochen löst. Wer will, kann es auch noch grillen. Mit Erbsenpüree + Sauerkraut ein deftiges Männeressen.

Dazu süffiges Bier + ein Korn (Wodka)

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

06.08.04 Hans60

PS

Ich hole mir frisches Eisbein, + reibe es mit Pökelsalz ein, nach 2 Tagen abwaschen, + in einem 6 l Schnellkochtopf ca 35-40 min mit dem 2. Ring, gekocht, raus + in den Backofen, knusprig gegrillt.

MfG Hans 09.08.2004 08:02

Eisbein gebackenes auf Kraut

Zutaten für 4 Portionen

1.5 kg Eisbein

1.5 kg Sauerkraut

2 Zwiebel(n)

1 Liter Wein, weiß (Riesling, am besten aus dem Elsas)

1 Liter Bier (Schwarzbier)

1 Bund Suppengrün
Lorbeerblatt
Speck, fett
Wacholderbeeren
Nelken
Salz
Essig

Zubereitung

Das Eisbein mit dem Suppengrün, Lorbeer, Wacholder und einer mit Nelken gespickten Zwiebel in einem großen Topf mit leichtem Essigsud ca. 1-1,5 Stunden leicht köcheln lassen. Parallel dazu in einer Pfanne den Speck auslassen etwas Zwiebel andünsten und das Sauerkraut anbraten. Mit Lorbeer und Wacholder würzen und den kompletten Riesling an gießen. Zugedeckt solange schmoren, bis der Wein vom Kraut aufgesogen wurde (dauert ca. 1 Stunde).

Das Eisbein aus dem Essigsud nehmen und auf das Kraut setzen. Dann im Backofen bei 200°C garen und dabei immer mit dem Schwarzbier übergießen. Wenn es knusprig ist, ist es fertig (ca. 45 Minuten).

Dazu Püree, zu 50% aus Kartoffeln und zu 50% aus Knollensellerie.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

22.07.05 Pillepop

Eisbein Haxen ungarisch

Zutaten für 4 Portionen

2 Eisbein (Vordereisbeine)

Salz und Pfeffer
4 EL Schweineschmalz
2 Zwiebel(n)
500 g Sauerkraut
1 EL Paprikapulver, edelsüß
Kümmel
Bohnenkraut, Majoran
250 ml Wein, weiß
250 ml Wasser
1 Paprikaschote(n)
4 Tomate(n)
Knoblauch

Zubereitung

Haxen in Stücke teilen (am besten vom Metzger machen lassen!), salzen und pfeffern. Im Fett anbraten, heraus nehmen. Im verbliebenen Fett die

gehackten Zwiebeln goldgelb dünsten. Sauerkraut, die übrigen Gewürze und Fleisch hinzufügen; in 60 - 90 Minuten gar dünsten, ab und zu Wasser und Wein angießen. In den letzten 20 Minuten die zerkleinerte Paprikaschote und die geschälten, geviertelten Tomaten mitdünsten.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
: 04.10.02 Kristina

Die Eisbeine frisch oder gepökelt? 19.11.2003 11:09

Hallo,
ich nehme frische Haxen, die gepökelt sind mir zu salzig. aber es müsste auch damit gehen. Mit "in Stücke teilen" ist gemeint, die Haxen noch mal durchzuhacken.

Nach dem Anbraten mit dem Sauerkraut 60 - 90 Minuten garen lassen, je nach Größe der Haxen. Bei ganzen würde ich sie auch noch länger schmoren lassen, eben bis das Fleisch sich von den Knochen lösen lässt. Der Knochen bleibt natürlich drin in der Haxe!

Bin gespannt, ob es Euch auch so gut schmeckt wie mir!

Gruß Doris 19.11.2003 18:14

Eisbein in Folie

Zutaten für 1 Portionen

50 g Speck, durchwachsen, gewürfelt

2 Zwiebel(n), gewürfelt

¼ TL Kümmel, grob gehackt

¼ TL Pfeffer, frisch gemahlen

250 g Sauerkraut, gehackt

2 Wacholderbeeren

1 kleines Lorbeerblätter

1 Eisbein, ca. 300 Gramm

Zubereitung

Speckwürfel in der Pfanne auslassen, Zwiebeln, Kümmel und Pfeffer kurz mitdünsten. Zum Sauerkraut geben und mit Wacholderbeeren, Lorbeerlaub und der Eisbeinscheibe in die Alufolie auslaufsicher einwickeln. Im Ofen bei 200 Grad 60 Minuten garen.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.
09.03.02 unkas1

Fleisch Altpolnischer Königsbigosz

Zutaten für 10 Portionen

1 kg Pilze, gemischt

250 g Schweinefleisch (Schweinebauch)

250 g Rindfleisch (Nacken)

250 g Reh - oder Hirschkeule

250 g Wild - Schweinkeule

250 g Gans (Brust)

250 g Knoblauchwurst

750 g Weißkohl

750 g Sauerkraut

6 Zwiebel(n)

4 Zehe/n Knoblauch

2 Gläser Wein, rot

6 Tomate(n), gehäutete

5 Lorbeerblätter

Salz und Pfeffer

6 Wacholderbeeren

6 Nelken

200 g Schweineschmalz

20 Backpflaumen, entsteinte, vorgeweichte

Zubereitung

Alle Fleischsorten sowie die Knoblauchwurst würfeln und nacheinander in Schweineschmalz anbraten, grob geschnittene Zwiebeln und Pilze zugeben und kurz mitbraten. In einem großen Topf Weißkraut in Schweineschmalz andünsten, das Fleisch mit den Zwiebeln und Pilzen zugeben, mit Wasser ablöschen.

Die restlichen Zutaten und Gewürze zugeben und ca. 120 Minuten unter Rühren auf kleinem Feuer köcheln lassen. Kurz vor Kochende den Rotwein und die geweichten Backpflaumen zugeben.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

06.04.04 dontomasio

Bigos

Also um wirklich Altpolnisch zu sein muss der Bigos (nicht „Bigosz“) viel länger kochen, und zwar an mindestens zwei Tagen. Viel zu viel Pilze - man gibt getrocknete, da es in Polen um die Jahreszeit wann der Bigos

gekocht wird keine frischen gibt, und zwar 50 g auf 1.5 kg Kraut. In Altpo-
len gab es auch keine Tomaten... aber es gibt Leute die ohne Ketchup
nicht leben können.

Gruß Anula 13.05.2004 23:36

Fleisch auf Rotes Sauerkraut

6 Personen

300 g Rote Bete
100 g Zwiebeln, rot
50 g Gänseschmalz
600 g Sauerkraut
1/8 l Rotwein
1/8 l Madeira

Salz

Pfeffer aus der Mühle

200 g Gänsebrust, geräuchert in Scheiben
200 g Schweinebacke, gekocht und geräuchert, in Scheiben
200 g Blutwurst, luftgetrocknet in dünnen Scheiben

Rote Bete waschen, schälen, erst in dünne Scheiben, dann in Stifte
schneiden. Zwiebeln pellen und in Streifen schneiden.

Gänseschmalz in einem Topf heiß werden lassen. Sauerkraut, Rote
Bete und Zwiebeln darin unter Wenden kräftig andünsten, mit Rotwein
und Madeira ablöschen und zugedeckt bei milder Hitze 20 Minuten
dünsten. Sauerkraut mit Salz und Pfeffer abschmecken und dann mit
dem kalten Fleisch anrichten.

Wird das rote Sauerkraut als Hauptspeise gereicht, gibt es
Röstkartoffeln dazu. Plant man es als Vesper, serviert man es mit
frischem Bauernbrot.

: Pro Person ca. : 474 kcal
: Pro Person ca. : 1985 kJoule
: Eiweiß : 21 Gramm
: Fett : 35 Gramm
: Kohlenhydrate : 6 Gramm

Fleisch Bigos

Sauerkraut mit Fleisch

Zutaten für 8 Portionen

500 g Rindfleisch

500 g Schweinefleisch

500 g Kasseler

500 g Wurst (Krakauer, frisch)

1000 g Sauerkraut

6 Zwiebel(n)

2 Paprikaschote(n), grün oder rot

3 EL Paprikapulver, edelsüß

Salz und Pfeffer, Lorbeerblätter

Öl oder Pflanzenfett zum anbraten

Wacholderbeeren

Das Fleisch in gleichmäßige Stückchen schneiden, zuerst das Rindfleisch kräftig anbraten, dann Schwein und Kassler zugeben, zuletzt die Krakauer (ich kaufe sie bei einem schlesischen Metzger) zugeben, dann die in Würfel geschnittenen Zwiebel und die Paprikastreifen zugeben. Mit reichlich schwarzem Pfeffer und Salz würzen und einige Zeit schmoren lassen. Das Sauerkraut zugeben, in ein Gewürzbeutelchen oder Plastikteei die Lorbeerblätter und die etwas zerstoßenen Wacholderbeeren geben und mit etwas Wasser oder Fleischbrühe ablöschen. Schmoren, bis das Fleisch weich ist. Zwischendurch immer etwas Brühe zugeben. Zum Schluss mit edelsüßem Paprika abschmecken. Dazu ein Bauernbrot oder auch Kartoffeln reichen.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

17.11.04 juwa

Fleisch Bigos mit Steinpilzen M

Weißkohl-Sauerkrauttopf mit Steinpilzen

Zutaten für 4 Portionen

750 g Sauerkraut

500 g Weißkohl

75 g Steinpilze, getrocknet

500 g Fleisch, verschiedene Sorten (Rind, Schwein)

2 große Zwiebel(n)

Salz und Pfeffer

250 ml Gemüsebrühe

Schmand oder saure Sahne

Am besten den Weißkohl einen Tag vorher zubereiten und zwar dünn raspeln, ca. 1 Teelöffel Salz drunter mischen und gut kneten. Das Kneten öfters wiederholen; der Kohl wird dann schön mürbe und sondert Saft ab.

Die getrockneten Steinpilze in einen Topf mit Wasser geben, etwas einweichen und dann diese aufkochen lassen. Abschütten, mit Wasser abspülen (damit Unreinheiten wie Tannennadeln, Gras usw. entfernt werden). Noch mal mit Wasser aufkochen lassen, abkühlen, abschütten und die Pilze grob zerkleinern. Den Weißkohl sowie auch das Sauerkraut leicht auspressen. Das Fleisch in Würfel schneiden. Die kleingeschnittenen Zwiebeln andünsten, das Fleisch hinzugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und kurz anbraten. Den Weißkohl mit dem Sauerkraut in einen großen Topf geben und mischen. Unter ständigem Rühren erwärmen. Zwiebeln und Fleisch (mit Bratensaft) hinzugeben. Ab und zu mit Gemüsebrühe ablöschen. Die Pilze begeben. Alles gut durchmischen und ca. 2 Stunden dünsten lassen (das Kraut muss gut zusammengefallen sein). Am besten schmeckt das Gericht, wenn man es noch öfters warm macht, aber Vorsicht: nicht anbrennen lassen. Zum Schluss kann man die einzelnen Portionen noch mit etwas Schmand / saure Sahne verfeinern. Dieses Gericht kann gut 2 bis 3 Tage vorher zubereitet werden. Je länger es durchzieht, desto besser schmeckt es.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 30 Minuten
10.05.02 Haianne

Fleisch Krautkrapfen 2 Ei

Zutaten für 4 Portionen
1 gr. Dose Sauerkraut

600 g Fleisch, roh geräuchert

1 Zwiebel(n)
1 Karotte(n)
1 Apfel
300 g Mehl

2 Ei

75 ml Wasser
1 EL Butter
2 Msp. Salz

Zubereitung

Am Vortag: Zwiebel und Karotten würfeln, Apfel schälen und in Scheiben schneiden. Zwiebel in Öl andünsten, Sauerkraut, Karotte, Apfel, 1 Lorbeerblatt, Wacholderbeeren, Kümmel und 2 Tassen Wasser dazu. Fleisch (z. B. Schweinehals) dazu und eine gute Stunde köcheln lassen, abkühlen lassen, Fleisch in Würfel schneiden, Sauerkraut im Sieb gut abtropfen lassen, zusammengeben und in den Kühlschrank stellen.

Mehl, Eier, 75 ml Wasser, Salz und zerlaufene Butter mit Knethaken verrühren und solange rühren, bis der Teig glänzt. 1 Std. bei Raumtemperatur zugedeckt ruhen lassen. Mehl auf Arbeitsfläche geben und den Teig so dünn wie möglich zum Rechteck ausrollen. Sauerkraut darauf verteilen, aufrollen und in Scheiben (ca. 3 cm breit) schneiden. Beschichtete Pfanne mit Öl ausstreichen, Krautkrapfen flach hineingeben und bei kleiner Flamme goldgelb braten (ca. 1/2 Std., einmal wenden, Deckel halb darauf legen).

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 30 Minuten
06.02.03 Gerda2

Ha! Das sind sie. Die hab ich gestern bei jemandem gegessen und seitdem bin ich auf der Suche nach dem Rezept. Dort hat man noch geröstete Speckwürfel drübergegeben und man kann auch geschmolzene Zwiebelringe noch oben drauf geben, 27.11.2003 10:11

Ich kenne das Rezept ein wenig anders, und bei uns daheim ist das einer der absoluten Knüller: durchwachsenen Speck würfeln, in Butterschmalz auslassen.

Sauerkraut ausdrücken, zusammen mit dem Speck (in mehreren Portionen) anrösten. Kalt werden lassen.

Die Mischung auf den ausgewellten, in Rechtecke (c. 10 x 14 cm) geschnittenen Nudelteig geben, zusammenlegen und die Ränder gut festdrücken.

In einer beschichteten (sehr wichtig!!) Pfanne 1/2 Tasse Wasser mit Salz zum Kochen bringen, etwas Öl dazugeben und in die kochende Flüssigkeit die Krautkrapfen geben, Deckel drauf, aber nicht ganz schließen, damit die Flüssigkeit verdampfen kann. Danach sofort etwas Öl dazugeben und die Krapfen auf beiden Seiten kross anbräunen lassen. Guten Appetit!!

10.12.2003 12:54

Was die Fleischeinlage anbelangt, kann man da variabel sein, meine Mutter - die macht Krautkrapfen sehr oft, vor allem wenn meine Tochter vorbeischaut - nimmt auch z. B. Speck oder gekochtes Rindfleisch oder gemischt, wahrscheinlich auch, was halt gerade da ist.

LG, Gerda 13.12.2003 19:37

Fleisch Pfundspfanne M

Zutaten für 10 Portionen

500 g Rindfleisch

500 g Schweinefleisch

500 g Kasseler

500 g Hackepeter

500 g Wurst (Bierschinken)

500 g Sauerkraut, (frisch oder aus dem Glas)

500 g Champignons, (frisch oder aus der Dose)

500 g Sahne

500 g Chilisauce

Zubereitung

Fleisch und Bierschinken würfeln (nicht würzen). Dann mit den Champignons vermengen und in eine Form geben. Das Sauerkraut darauf schichten. Die Schlagsahne mit der Chilisauce verrühren und darüber gießen. Nun die Form für ca. 2 Stunden bei 200 °C in den Ofen stellen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

13.08.04 Dragonfly-Lady

Fleisch Schlesischer Bigos

Dieser Eintopf schmeckt nach jedem Aufwärmen noch besser!

Zutaten für 8 Portionen

150 g Speck, (geräucherter Bauchspeck), in feinen Würfeln

750 g Schweinefleisch, gewürfelt

750 g Rindfleisch, gewürfelt

2 große Zwiebel(n), gehackt

1 TL Kümmel, ganz

2 TL Majoran, getrocknet

2 große Lorbeerblätter

1 EL Paprikapulver, edelsüß

3 EL Tomatenmark

1 kl. Kopf Weißkohl, gehobelt

½ Dose/n Sauerkraut

1 Apfel, säuerlicher, geschält, in kleine Stücke geschnitten

400 g Wurst (geräucherte Mettwurstchen), in Scheiben

Salz und Pfeffer

Öl

Zubereitung

Öl in einem großen Topf erhitzen. Bauchspeck darin auslassen, Zwiebeln zugeben, glasig werden lassen, dann Fleisch zugeben und anbraten. Gewürze beifügen, kurz mitschmoren lassen. Mit Wasser aufgießen, ca. 1 1/2 Stunden kochen, dann Weißkraut, Sauerkraut und Apfel beifügen, noch ca. 3/4 Stunde kochen lassen, Würstchen begeben und mit Salz abschmecken.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

12.05.05 aschpazi

Fleisch Südländischer Eintopf

Zutaten für 4 Portionen

200 g Speck, durchwachsener

2 große Zwiebel(n)

400 g Fleisch, (Schwein, Rind, Geflügel) nach Geschmack

2 EL Öl

400 g Sauerkraut

1 kl. Dose/n Tomatenmark

3 große Paprikaschote(n) (rot, grün, gelb)

1 Liter Brühe, Instant (Fleisch, Gemüse u.s.w.) nach Bedarf,

1 Zehe/n Knoblauch, kann auch mehr sein

Pfeffer

Paprikapulver

Zubereitung

Speck, Zwiebel in kleine Würfel schneiden. Das Fleisch in die Größe schneiden, wie man es am besten haben möchte. Öl in einen Topf geben und die drei Sachen anbraten. Die abgezogenen Knoblauchzehen fein würfeln oder auch pressen und ebenfalls mit anbraten (nicht zu lange)! Das Tomatenmark unterrühren und das Sauerkraut in den Topf geben. Jetzt die Brühe drauf gießen und ca.40.min bei geringer Hitze kochen lassen. Paprika aufschneiden und alles rausschneiden. Dann diese in Streifen oder Würfel schneiden und nach 40.min zu dem Rest in den Topf geben. Alles zusammen noch mal 10.min köcheln. Zum Schluss alles mit Salz, Pfeffer und Paprika abschmecken.

Tipp: Wenn das Kraut zu sauer durchschmeckt, dann mit etwas Zucker abschmecken!!!

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

23.12.04 Drumthomas

Fleischwurst Sauerkrautsalat

Zutaten für 2 Portionen

200 g Sauerkraut

2 Gurke(n) (Essiggurken)

300 g Fleischwurst

Für die Marinade:

1 kleine Zwiebel(n)

Senf, scharfer

Essig (Weinessig)

Öl (Rapsöl)

Zucker

Salz und Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Das Sauerkraut auseinander zupfen und mundgerecht zerkleinern. Die Essiggurken und die Fleischwurst fein würfeln und mit dem Sauerkraut vermengen.

Für die Marinade die Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. Aus dem Senf, dem Essig, dem Öl und dem Zucker eine Marinade rühren. Die Zwiebelwürfel untermischen und mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen.

Die Marinade unter die Salatzutaten heben und den Salat 1 bis 2 Stunden kühl stellen.

Den Salat nochmals abschmecken und anrichten.

Dazu passen alle Sorten von kräftigem Landbrot oder auch Laugenbrezel.

Brennwert p. P.: 664

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

22.02.03 Sonja*

Flomen Zamette mit Sauerkraut

Zutaten für 4 Portionen

1 kg Kartoffeln

300 g Fett (Flomen)

150 g Kartoffelmehl

2 EL Mehl

Zubereitung

Kartoffeln schälen, waschen, halbieren und gar kochen. Während der Zeit, Flomen ausbraten lassen. Kartoffeln abschütten, stampfen, Kartoffelmehl, Salz und Mehl zugeben und weiter stampfen, bis sich die Masse vom Topf ablöst. Kleine Bröckchen formen und in den Grieben, die aus dem Flomen entstanden sind, hellbraun braten. Dazu gibt es rohes Sauerkraut. Ein Rezept, das noch von meiner Oma stammt. Zeit für alles etwa 70 Min.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 10 Minuten

10.01.02 helmut.kliem

Grieben Waldviertler Grammelknödel 3 Ei

mit Sauerkraut

Zutaten für 4 Portionen

Für den Teig:

1 kg Kartoffeln, mehlig (Erdäpfel)
200 g Kartoffelmehl
1 handvoll Weizen - Grieß
Salz

Für die Füllung:

500 g Grieben (Grammeln)
Salz und Pfeffer
3 Zehe/n Knoblauch

3 Ei

Für das Gemüse: (Sauerkraut)
750 g Sauerkraut
Öl
1 Zwiebel(n)
Zucker
Salz
Wacholderbeeren
1 Lorbeerblätter
1 Kartoffeln, roh (Erdäpfel)

Zubereitung

Die geschälten Erdäpfel weich kochen und noch warm durch eine Erdäpfelpresse drücken. Mit Erdäpfelmehl, Weizengrieß und Salz zu einem Teig verarbeiten.

Grammeln in einer Pfanne erwärmen, Salz, Pfeffer, gepressten Knoblauch und die Eier dazugeben. Alles verrühren und so lange am Herd lassen, bis die Eier gestockt sind.

Teig zu einer Rolle formen und in 8 Teile schneiden. Teigstücke flach drücken. Etwas ausgekühlte Fülle auf den Teig setzen und Knödel formen. Knödel in kochendes Wasser geben, aufkochen lassen und zugedeckt etwa 20 Minuten ziehen lassen.

In einem Topf die feingeschnittene Zwiebel in etwas Öl anrösten. Sauerkraut, wenn nötig etwas Zucker, Salz, Wacholderbeeren und Lorbeerblatt begeben und in etwa 30 Minuten weich dünsten. Rohen Erdapfel schälen und mit der Raspel grob reiben und soviel in das gedünstete Kraut einrühren, bis dieses bindet.

Sauerkraut auf Tellern anrichten, die Grammelknödel darauf setzen.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

06.09.03 Suppentopf

Gulasch Dianas Sauerkrautsuppe

Zutaten für 8 Portionen

100 g Speck, durchwachsener geräucherter

500 g Gulasch vom Schwein

500 g Gulasch vom Rind

2 Zwiebel(n)

Salz

Pfeffer, schwarzer

Cayennepfeffer

2 EL Brühe, klare (Instant)

1 Pfefferschote

2 Lorbeerblätter

810 g Sauerkraut, (1 Dose)

3 Cabanossi, (geräucherte Knoblauchhartwürste)

2 EL Tomatenmark

Zubereitung

Speck würfeln, im Topf auslassen. Gulasch darin anbraten. Zwiebeln gewürfelt zugeben. Mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer würzen. Brühe in 2 l heißem Wasser auflösen. Zusammen mit Pfefferschote und Lorbeer zugeben. Im geschlossenen Topf 1 Std. garen. Sauerkraut zufügen, 30 Min. kochen. Cabanossischeiben und Tomatenmark zufügen und weitere 30 Min. garen. Noch einmal abschmecken

Brennwert p. P.: 400

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

27.07.05 Amely

Gulasch mit Sauerkraut + Äpfel

Portion/en: 4 Personen

300 g Rindergulasch

300 g Schweinegulasch

60 g Butterschmalz

2 Zwiebeln (100 g)

1/8 l Apfelsaft

1/8 l Brühe (Instant)

1 Dose Sauerkraut (770 g Abtropfgewicht)

Salz

3 Wacholderbeeren

2 Lorbeerblätter

2 Äpfel (300 g)

Zucker

1 Ei Hagebuttenmus

Fleisch waschen, trocken tupfen. Portionsweise in einem Schmortopf im heißen Fett anbraten. Zwiebelwürfel zugeben, glasig dünsten. Mit Saft und Brühe ablöschen. Sauerkraut und Gewürze zufügen, ca. 1 1/2 Stunden schmoren. Äpfel waschen, nach Wunsch schälen, vierteln. Jeweils das Kerngehäuse entfernen. Fruchtfleisch in Spalten schneiden und in den letzten 10 Minuten mitgaren. Gulasch mit etwas Zucker und Hagebuttenmus abschmecken.

Dazu: Salzkartoffeln.

Pro Person ca. 470 kcal (1970 kJ)

Zubereitungszeit: ca. 2 Stunden.

* aus "Für Sie" 26/92

Gyros Überbackenes Sauerkraut M

Zutaten für 4 Portionen

1 Dose/n Sauerkraut

1 g Zwiebel(n)

2 Pck. Fleisch (Gyros oder Döner)

2 Becher Schmand

1 Becher Sahne

5 Scheibe/n Käse, zum Überbacken

Zubereitung

Fett heiß werden lassen, dann die klein geschnittene Zwiebel darin dünsten. Das Sauerkraut mit Saft dazu geben und 10 min. schmoren lassen.

Das Kraut in eine Form geben.

Das Gyros oder Döner in der gleichen Pfanne anbraten und anschließend auf das Sauerkraut geben.

Den Schmand mit der Sahne mit einem Quirl verrühren und auf das Gyros verstreichen. Zum Schluss den Käse drauflegen und bei 200°, mittlere Schiene, ca. 20-30 Min. backen.

Dazu reichen wir Weißbrot! Schmeckt sehr lecker!

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

24.03.03 Mel66

Was meinst du mit 2 Pck. Fleisch (Gyros o. Döner)? Sind das so tiefgefrorene Packungen, wie man sie z.B. bei Aldi bekommt? Das Rezept klingt nicht schlecht, werde ich mal probieren - aber ich denke, ich schneide und würze mir das Fleisch zum Gyros selber. LG Beate 15.11.2003 11:54

Eine für mich ungewöhnliche aber richtig leckere Kombination - am Besten das Sauerkraut und den Schmandguß noch etwas würzen, da das Kraut viel von dem Gyrosgeschmack aufsaugt und das Ganze nachher etwas zu lasch schmeckt!

LG Katharina 25.03.2004 08:49

Ich habe Gyros vom Metzger genommen und noch viel nachgewürzt, Gott sei dank - sonst wer es - wie mein Vorschreiber schon erwähnte - viel zu fad. Es hat lecker geschmeckt, aber so richtig mein Fall war es nicht.

LG Su 22.10.2004 09:19

Das hört sich lecker an und wird es heute bei uns geben. Aber ich denke, das Fleisch werde ich auch selber zubereiten. Und dann wohl auch alles kräftiger würzen wie es bei euch zu lesen ist.

Gypsy 11.02.2005 09:52

Habe das Rezept mit selbst-eingelegtem Putenfleisch und ein wenig Nachwürzen des Schmand nachgekocht...

Super Lecker !!!

Schnellste Wiederholungsgefahr!!! 11.07.2005 19:07

Kasseler Honig mit Ananaskraut M

Zutaten für 4 Portionen

1 kg Kasseler, ausgelöstes Kotelett

- 1 Dose/n Ananas in Stücken (580 ml)
- 1 m.-große Zwiebel(n)
- 1 EL Butterschmalz
- 1 Dose/n Sauerkraut
- 1 EL Wacholderbeeren
- Salz
- Pfeffer, weiß
- 1 Bund Petersilie
- 2 EL Honig
- 2 EL Senf, körnig

100 g Schlagsahne

- 3 EL Saucenbinder, dunkel

Zubereitung

Fleisch waschen und trockentupfen. Im heißen Backofen bei 150° Umluft 1 1/4 - 1 1/2 Std. braten.

Ananas abtropfen lassen, Saft auffangen. Zwiebel hacken und im heißen Fett andünsten. Sauerkraut, Ananas und Wacholder zufügen. Mit 100 ml Wasser und Ananassaft ablöschen, aufkochen. Ca. 30 Min. garen. Würzen. Petersilie waschen, hacken. Mit Honig und Senf mischen. Braten nach ca. 50 Min. damit bestreichen.

Braten herausnehmen, Bratensatz mit 3/8 L Wasser lösen. Mit Sahne aufkochen und mit Soßenbinder binden. Abschmecken und alles anrichten.

Brennwert p. P.: 550

Zubereitungszeit: ca. 2 Std.

04.06.01 Miguan

Kasseler a la Sommi

ursprünglich von meiner Mutter, aber verfeinert

Zutaten für Portionen

2 kg Kasseler, roh, geräuchert, Knochen ausgelöst

4 m.-große Zwiebel(n), geschält, geviertelt

1 Karotte(n), in grobe Stücke geschnitten

Pfeffer, eingelegter grüner, abgetropft

30 g Pfifferlinge, getrocknete, in Scheiben /Stücke geschnitten

2 Dose/n Sauerkraut, a 500 gr

2 m.-große Zwiebel(n), geschält, geviertelt

3 Lorbeerblätter

2 EL Kümmel, ganz

1 EL Schweineschmalz

2 EL Wacholderbeeren

Zubereitung

Es schmeckt lecker, soviel sei schon verraten - und macht wenig Arbeit! Beim Metzger das Kassler UNBEDINGT roh, geräuchert verlangen, in einem Stück! Manchmal muss man es vorbestellen. Knochen auslösen lassen, diese in Stücke hacken lassen und mitnehmen!

Größten Römertopf in kaltem Wasser wässern, damit sich die Poren des Tons voll saugen.

In den Römertopf die ausgelösten, zerteilten Kasslerknochen legen. Am Kasslerstück an der Filetkante über die ganze Länge einen etwa 2 cm tiefen Schnitt durchführen. In diesen wird REICHLICH der abgetropfte grüne Pfeffer gefüllt, die Schnittkante mit den Händen etwas angedrückt. Das so präparierte Fleisch mit der gepfefferten Seite nach OBEN auf die Knochen in den Römertopf legen. Die geschälten geviertelten Zwiebeln und die in Stücke geschnittene Karotte rings um das Fleisch verteilen. Und jetzt kommt es: Entgegen sonstiger Kochgewohnheit mit dem Römertopf: mit kaltem Wasser auffüllen, bis fast die Schnittkante mit der Pfefferfüllung erreicht ist (sonst spült es den Pfeffer wieder raus!). Dann den Deckel auf den Römertopf und wegen der Größe des Topfes auf die unterste Schiene in den KALTEN Ofen stellen. Zugedeckt und ohne weitere Kontrolle bei 200 Grad für 1 1/2 Stunden im Ofen lassen und den aufsteigenden Duft in der Küche genießen!

Nach dieser Zeit den Römertopf vorsichtig aus dem Ofen nehmen, Deckel abnehmen und Fleisch umdrehen, so dass jetzt die "Hautseite" oben liegt. Jetzt den OFFENEN Römertopf noch mal für eine Stunde zurück in den 200 Grad heißen Ofen.

Danach herausnehmen, das ganze Fleischstück zur Seite legen und die Knochen aus dem Sud fischen (am besten mit einer Würstelzange!). Die Knochen lassen sich schon jetzt hervorragend "abknabbern" und geben einen Vorgeschmack auf kommendes!

Den Sud durch ein Sieb in einen anderen Topf geben. Die aufgefangenen und ausgekochten Zwiebelstücke, die Karottenstücke und herausgefallene Pfefferkörner mit dem Stabmixer feinst pürieren und in den Sud zurück geben. Sud auf der Herdplatte noch mal aufkochen und dabei die getrockneten Pfifferlinge direkt hinzufügen und mitkochen lassen.

TIPP: Ich füge unabhängig von der Packungsbeschreibung auf die von mir angegebenen Mengen noch zwei Päckchen Maggi "Jägersoße" hinzu. Kein Salz, keine weiteren Gewürze erforderlich (ist natürlich Geschmackssache!)

Die Soße bitte NICHT binden!

Ich bereite dies alles am Vortag zu und lege das Fleisch zurück in die Soße. Am nächsten Tag wird das Fleisch in der Soße auf der Herdplatte einfach aufgewärmt. Dabei sollte man das Fleischstück mehrfach in der Soße umdrehen, damit es gleichmäßig durchwärmt.

Auch mein Sauerkraut dazu koche ich schon am Vortag. Zum Kraut einfach die geschälten und geviertelten Zwiebeln, den Kümmel, die Wacholderbeeren, Lorbeerblätter und Schweineschmalz hinzugeben, mit etwas Wasser auffüllen (ab und zu wiederholen) und mindestens drei Stunden sanft vor sich hin köcheln lassen.

Beim Essen passen dann dazu einfach Salzkartoffeln oder ein (bitte selbstgemachter!) Kartoffelbrei. Guten Appetit! Aber bitte: Das funktioniert so nur im Römertopf!

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

28.12.03 MATSL

Gucky60 hat recht! Die "Jägersoße" wird einfach nur zum Sud gegeben und hat mit dem Sauerkraut nichts zu tun.

Sorry, dass ich erst heute antworte, aber war lange nicht in heimischen Gefilden. Habt ihr das Rezept schon probiert und hat's euch geschmeckt?

12.05.2004 21:16

Kasseler auf Aprikosen Kraut

Zutaten für 1 Portionen

100 g Kartoffeln

1 kleine Zwiebel(n)

200 g Sauerkraut

½ TL Öl

125 ml Brühe

¼ TL Majoran, getrocknet

1 Lorbeerblatt

100 Glas Aprikose(n), kalorienreduziert

100 g Kasseler, ausgelöst

Zubereitung

Kartoffeln schälen, 20 Minuten garen. Zwiebel schälen und hacken. Mit dem Sauerkraut im heißen Öl andünsten. Brühe und Kräuter zufügen. Al-

les ca. 20 Minuten schmoren. Aprikosen und Fleisch ohne Fettrand ca. 10 Minuten mitgaren.

Brennwert p. P.: 300

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

12.07.05 Moon123

18.07.05 GoldDrache

Kasseler Auflauf mit Sauerkraut M

Zutaten (für 6 Portionen)

1500 g Kartoffeln

1 Becher Saure Sahne, 10 % Fett

750 g Kasseler, gegart

150 g ger. Gouda light (30 % F.i.Tr.)

1 Dose (800 ml) Sauerkraut, gegart

¼ l Milch 0,3%

Zubereitung

Kaltes Kasseler in Würfel schneiden. Sauerkraut ca. 20 Min. kochen und Saft abgießen. Kartoffeln mit Salzwasser garen und mit ca. ¼ l heißer Milch einen Kartoffelbrei herstellen. Mit Salz und Muskat abschmecken. Zutaten in folgender Reihenfolge in eine 25x35 cm große Auflaufform einschichten: Kasseler, Sauerkraut, Kartoffelbrei, saure Sahne und obenauf geraspelter Käse. Bei 180 Grad auf mittlerer Schiene ca. 50 Min. garen lassen,

Nährwerte pro Portion 455 kcal, 11,7g Fett, 23,14 Fett %

Kasseler Bratäpfel mit Sauerkraut M

Zutaten für 4 Portionen

4 Äpfel

100 g Sauerkraut, roh

100 g Kasseler

4 Wacholderbeeren

¼ TL Paprikapulver, (edelsüß)

250 ml Bier

150 g Crème fraîche

Zubereitung

Bratäpfel lassen sich sehr einfach und schnell zubereiten. Es sind auch keine besonderen Vorkenntnisse notwendig!

Die gewaschenen Äpfel werden entkernt, indem man sie im oberen Bereich teilt, aber sie werden nicht geschält. Der dadurch entstandene Hohlraum wird gefüllt.

Die Äpfel werden also wie oben beschrieben vorbereitet.

Das Sauerkraut & das Kassler klein schneiden und mit den zerdrückten Wacholderbeeren, dem Paprika und der Crème fraîche vermengen und in die Äpfel geben.

Nachdem der Backofen auf 200°C vorgeheizt wurden, gießen wir das Bier in eine feuerfeste Form und setzen die Äpfel hinein. Auf die Äpfel selbst wird noch 1 TL Crème fraîche gegeben.

Die Äpfel werden zugedeckt 35 Minuten geschmort. Im Anschluss werden die Äpfel aus der Form heraus genommen. Das Bier mit der restlichen Crème fraîche verrühren und noch etwas kochen lassen. Die Äpfel werden mit der Sauce gemeinsam serviert.

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten

21.08.04 Dragonfly-Lady

Kasseler Elsässer Schlachteplatte

Zutaten für 4 Portionen

750 g Sauerkraut, frisch

2 Lorbeerblätter

1 TL Wacholderbeeren

½ Liter Wein, weiß

1 Zwiebel(n)

1 EL Schweineschmalz

1 TL Mehl

4 Stück Wurst (Pfefferbeißer)

250 g Kasseler

250 g Speck (Bauchspeck, geräuchert)

Zubereitung

Sauerkraut, Lorbeerblätter und Wacholderbeeren in einen Topf geben. Mit Wein bedecken und zugedeckt ca. 30 Min. dünsten. Zwiebel würfeln und im Schmalz glasig braten. Unter das Kraut mischen. Nochmals erhit-

zen. Wurst, Kasseler und Bauch auf das Kraut geben. Bei geschlossenem Deckel ca. 10 Min. erwärmen.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten
26.04.01 Miguan

Kasseler Kartoffel Sauerkraut Auflauf M

Zutaten für 1 Portionen

750 g Kartoffeln

½ TL Salz

1 Dose/n Sauerkraut

2 Äpfel

400 g Kasseler ohne Knochen

¼ Liter Milch

100 g Käse, geriebener, z.B. Gouda

Kartoffeln schälen, knapp mit Wasser bedecken, salzen. Zugedeckt in etwa 20 Minuten gar kochen.

Sauerkraut in einen Topf geben, Äpfel schälen, grob reiben und mit dem Sauerkraut vermengen. Beides mit Apfelsaft ca. 15 Minuten köcheln lassen. Kasseler in Würfel schneiden. Kartoffeln abgießen, zerstampfen, mit Milch und der Hälfte des Käses verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Eine Auflaufform einfetten. Zuerst Sauerkraut, dann Kasselerwürfel und zuletzt die zerstampften Kartoffeln einschichten. Mit Butterflöckchen besetzen und dem restlichen Käse bestreuen. Im vorgeheizten Backofen bei 175° (bzw. 150° bei Umluft) ca. 45 Minuten überbacken.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
Freischaltung: 29.04.04 Veramaus

Ich bevorzuge frisches Sauerkraut! Dosensauerkraut muss nicht sein.

Manfred 05.07.2004 20:24

Habe es heute gekocht. Es schmeckt sehr lecker - sogar denen, die sonst kein Sauerkraut mögen.

Ich konnte mich jedoch mit dem etwas zu süßlichen Geschmack nicht anfreunden,

der vom Apfelsaft kommt.

Beim nächsten mal werde ich auch weniger Sauerkraut nehmen.

Ich hatte 500g frisches Sauerkraut und das erschien mir zu viel.
Außerdem vermische ich die Zutaten immer vor dem überbacken.

15.11.2004 22:30

Kasseler Quarkauflauf mit Sauerkraut 4 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

4 Ei

250 g Quark

50 g Mehl

100 g Crème fraîche

100 g Käse (Emmentaler), gerieben

1 TL Sojasauce

2 cl Weinbrand

1 Stange/n Porree

200 g Kasseler

500 g Sauerkraut

2 EL Pinienkerne

Estragon

Fett, für die Form

Majoran

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Eier trennen. Eigelbe mit Quark, Mehl, Crème fraîche und Käse zu einem Teig rühren. Mit Sojasoße und Weinbrand abschmecken.

Porree putzen, in feine Ringe schneiden, waschen und abtropfen lassen.

Kasseler würfeln, in einer Pfanne leicht anbräunen. Auflaufform mit Butter ausstreichen. 2/3 vom Teig einfüllen. Sauerkraut locker darüber verteilen.

Mit Estragon, Majoran, Salz und Pfeffer würzen. Porree und Kasseler darüber geben. Eiweiß steif schlagen und mit dem restlichen Teig gut vermengen; über den Auflauf verteilen.

Mit Pinienkernen bestreuen und im vorgeheizten Backofen etwa 45 Minuten backen (E-Herd: 200°C / Umluft: 175°C).

Brennwert p. P.: 480

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

17.05.02 Haianne

Kasseler Römertopf Sauerkraut M

Zutaten für 4 Portionen

600 g Kartoffeln, mehlig kochende

2 Zwiebel(n)

2 Äpfel (Boskop, Jonathan)

600 g Kasseler - Nacken

800 g Sauerkraut

1 TL Kümmel

10 Wacholderbeeren

2 Lorbeerblätter

1/8 Liter Fleischbrühe

100 g Crème fraîche

3 EL Meerrettich, aus dem Glas

Pfeffer, schwarzer

Zubereitung

Den Römertopf wässern, Kartoffeln schälen, waschen und in kleine Würfel schneiden. Zwiebeln und Äpfel schälen und würfeln. Kassler in 2 cm große Würfel schneiden.

Das Sauerkraut locker in den Römertopf geben und mit den Kartoffeln, Kassler, Zwiebeln und Äpfeln vermengen. Mit Pfeffer bestreuen, Kümmel, Wacholderbeeren und Lorbeerblätter dazwischen legen.

Die Brühe mit Crème fraîche und Meerrettich verrühren und über das Krautgemisch gießen.

Die Form schließen und bei 220°C (Umluft 200°C) 1 Std 20min garen.

Brennwert p. P.: 515

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten

06.07.04 pegpau

Kasseler Russische Soljanka

Paprika Wurst Suppe mit Kasseler

Zutaten für 4 Portionen

4 Bockwurst,

6 Wiener Würstchen oder 600 g Jagdwurst

2 Tube/n Tomatenmark, konzentriert

- 3 Paprikaschote(n), bunt (oder einen halben Beutel TK - Paprika, in Streifen)
- 1 Glas Letscho, oder 4 EL Ketchup
- 1 kleine Zwiebel(n)
- 1 Liter Wasser
- 1 Zitrone(n)

1 Becher saure Sahne oder Schmand

2 Scheibe/n Kasseler, Rücken

- Öl
- Salz
- Tabasco
- 1 kleine Chilischote(n), evt.

Die Bockwürste längst teilen und in Scheiben schneiden (ergibt Halbmonde). Die Zwiebel in kleine Würfel, die Paprika sowie das Kasseler in Streifen von ca. 4 cm schneiden. Sie können auch Kasselerkotelett benutzen, dann bitte vorher die Knochen entfernen.

Die geschnittenen Bockwürste mit der Zwiebel und dem Kasseler in heißem Öl anbraten, goldbraun werden lassen. Das Wasser mit Tomatenmark mischen und dann mit Paprika zu den Würstchen geben. Wer es etwas schärfer mag, kann eine kleine Chilischote mit dazugeben. Die Suppe kurz aufkochen und das Letscho (oder Ketchup) dazugeben. Wieder kurz aufkochen lassen. Nun einen kleinen Schuss Tabasco und eine gute Prise Salz begeben, die Suppe abschmecken.

2 Stunden in einem eingewickelten, alten Handtuch unter der Bettdecke (oder ohne Handtuch im warmen aber nicht heißen Ofen) ziehen lassen.

Die Soljanka mit Zitrone und saurer Sahne servieren.

Soljanka kommt aus dem russischen Gebiet und ist als "Restesuppe" etwas negativ belastet, da früher alles möglich in der Suppe landete. Natürlich können sie auch ohne schlechtes Gewissen Restfleisch und Wurst verwenden.

Tipp: Ca. 100 g Sauerkraut und 1 TL Kümmel in der Suppe mit aufkochen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

13.12.04 eunio

Kasseler Sauerkraut Eintopf M

Zutaten für 4 Portionen

125 g Speck, durchwachsen

- 1 Zwiebel(n)
- 1 Zehe/n Knoblauch

500 ml Fleischbrühe

125 g Kasseler, roh

300 g Sauerkraut

1 Paprikaschote(n), grün

1 Paprikaschote(n), rot

1 TL Paprikapulver, edelsüß

2 Würste (Kabanossi, à 125 g)

4 EL Crème fraîche

Tabasco

Salz

Zubereitung

Speck fein würfeln, in einem Topf anbraten. Zwiebel und Knoblauch schälen, hacken, im heißen Fett glasig dünsten. Fleischbrühe an gießen, zum Kochen bringen. Kasseler fein würfeln. Mit Sauerkraut zur Brühe geben. Zugedeckt ca. 30 Minuten köcheln lassen.

Paprika in feine Streifen schneiden und zum Eintopf geben. Mit Paprikapulver, Tabasco und Salz pikant abschmecken. Die Würste in dünne Scheiben schneiden. Im heißen Eintopf bei schwacher Hitze etwa 15 Minuten ziehen lassen.

Die Suppe in Teller füllen. Vor dem Servieren mit je 1 EL Creme fraîche verfeinern.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

21.07.05 HexeLilli

Kasseler Sauerkraut Gnocchi

Zutaten für 2 Portionen

1 Pkt. Sauerkraut

1 Pkt. Gnocchi

2 Scheibe/n Kasseler

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Gnocchi wie angegeben kochen und dann, bis sie knusprig sind, anbraten. Sauerkraut wie angegeben kochen und nach Bedarf mit etwas Pfeffer und Salz würzen. Die Kasslerscheiben braten und mit Pfeffer und Salz würzen. Alles zusammen servieren.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten
23.02.05 nala87

Kasseler Sauerkraut mal anders

Zutaten für 4 Portionen

- 1 Dose/n Sauerkraut
- 2 Paprikaschote(n), rot/grün
- 4 m.-große Zwiebel(n)
- 1 Glas Oliven, grüne, ohne Stein
- 20 Zehe/n Knoblauch, eingelegte in Essig
- 1 EL Paprikapulver, edelsüß
- 1 TL Paprikapulver, scharf

200 g Speck, durchwachsen

500 g Kasseler - Kotelett oder Bauch

3 EL Öl (Olivenöl)

250 ml Rinderbrühe (Instant)

Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Zwiebeln und Paprika in Streifen schneiden. Oliven und Knoblauch abtropfen lassen. Olivenöl in einem großen Topf heiß machen und die Zwiebeln glasig anbrutzeln. Gesamten Paprika dazu und kurz mit schmurgeln lassen. Dann mit der Brühe ablöschen. Sauerkraut, Oliven, Knobi, Speck und Kasseler dazu werfen. Deckel drauf und auf kleiner Flamme 1- 1 1/2 Stunden blubbern lassen. Wenn die Zwiebeln nicht mehr zu finden sind und der Knobi richtig weich ist sollte das ganze fertig sein.

Dazu Salzkartoffeln und ein kühles Bier.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
30.09.02 euroduck

Kasseler Sauerkraut mit Oliven

Zutaten für 4 Portionen

- 1 Dose/n Sauerkraut
- 1 Paprikaschote(n), rot/grün
- 4 Zehe/n Knoblauch
- 1 Chilischote(n), rot
- 1 Glas Oliven, ohne Stein

2 Zwiebel(n), rote
½ EL Paprikapulver, edelsüß
Pfeffer aus der Mühle
Öl (Olivenöl),l zum schmurgeln
750 g Kasseler, im Stück

Zubereitung

Zwiebeln und Paprika in Streifen schneiden, Chilischote entkernen und fein hacken, Knoblauch grob hacken. Alles in einem großen Topf in Olivenöl glasig anschwitzen, Paprika edelsüß zugeben und mit wenig Wasser ablöschen. Sauerkraut zugeben, kräftig umrühren, Kassler obenauf legen. Je nach Größe des Fleisches 1 bis 1 1/2 Stunden bei mäßiger Hitze schmurgeln lassen. Mit Pfeffer aus der Mühle abschmecken ggf. nachsalzen.

Mit Salzkartoffeln servieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
30.09.02 euroduck

Kasseler Sauerkraut Torte 6 Ei M

Zutaten für 12 Portionen
300 g Mehl

1 Ei

150 g Butter, kalte
½ TL Salz
700 g Sauerkraut, gut abgetropftes

150 g Schinken, gekocht

150 g Salami

150 g Kasseler - Aufschnitt

300 ml Sahne

100 ml Milch

5 Ei

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Aus Mehl, Butterflocken, Ei, Salz und ca. 4-5 EL Wasser einen Teig kneten. Diesen dann ca. 1 Stunde kühl stellen.

Dann eine Springform einfetten und mit dem Teig auslegen, dabei einen ca. 2 cm hohen Rand formen.

Sauerkraut klein schneiden. Schinken, Salami und Kassler würfeln.

Abwechselnd Fleisch und Sauerkraut in die Form schichten, die letzte Schicht sollte Sauerkraut sein.

Sahne, Milch und Eier verquirlen und mit etwas Salz und Pfeffer würzen.

Über die Torte gießen.

Im vorgeheizten Backofen bei 200°C 40-45 min backen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

07.10.04 FrauMause

Hm, ich kenne das nur mit gegartem Sauerkraut - wird das nicht zu sauer mit rohem? Egal, wird ausprobiert! Jetzt im Herbst brauch ich so herzhaften Sachen einfach ganz dringend!

Herzlichen Dank für das tolle Rezept!

LG Frösche2 22.10.2004 00:29

Nee, keine Bange, wird ganz bestimmt nicht zu sauer -> die Sahne-Eier-Mischung mildert den Geschmack,

LG Karin 11.12.2004 20:50

Kasseler Sauerkraut untereinander M

Zutaten für 10 Portionen

2 Dose/n Sauerkraut

½ Liter Wein, weiß

½ Liter Wasser

30 Nelken, ganze

500 g Speck, in Würfeln

2 Zwiebel(n)

1000 g Kartoffeln

¼ Liter Milch

1 Prise Muskat

1 Prise Salz

1 Prise Pfeffer

2 EL Senf

6 Scheibe/n Kasseler

4 Mett - Würste

1 EL Margarine

Zubereitung

Topf mit Wasser und Weißwein füllen und die Nelken hinzugeben. Sauerkraut, Kasseler und Mettwürste darin ca.30 min kochen. In der Zwischenzeit die Margarine erhitzen und Zwiebeln schälen, würfeln und zusammen mit den Speckwürfeln andünsten. Den Topf mit dem Sauerkraut vom Herd nehmen und die Brühe in einen Behälter geben. Die angedünsteten Zwiebeln und Speckwürfel zum Sauerkraut geben und vermengen. Aus den Kartoffeln, Milch, Muskat, Salz und Pfeffer eine püreeähnliche Masse machen, nicht mehr Milch sondern lieber etwas Brühe.

Mettwürste und Kasseler aus dem Topf entfernen und die Kartoffelmasse hinzufügen. Nachdem alles vermengt ist, kommt noch der Senf hinzu (gibt den Würzigen aber nicht aufdringlichen Geschmack). Alles gut vermengen und das Kasseler und die Mettwürste wieder in den Topf legen. Am besten einen Tag vorher machen damit die ganze Sachen ein wenig ziehen kann. Kümmel um Blähungen zu verringern aber kein muss.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

05.07.04 Aladan

Kasseler Sauerkrautgratin M

2 Pers

2 dünne Scheiben Kasseler gekocht

300 g Pellkartoffeln vom Vortag

2 EL Petersilie gehackt

Salz

1 Msp. Muskatnuss

2 EL Sahne

2 EL Gemüsebrühe

2 Frühlingszwiebeln

1 EL Maiskeimöl

250 g Sauerkraut

2 Wacholderbeeren

1 Lorbeerblätter

2 EL Joghurt

1 TL ungeschwefelten Meerrettich aus dem Glas

1 EL Sahne

1 mittlere Tomaten

1/2 TL Getr. Majoran

1 Msp. getr. Rosmarin

Butter für die Form oder für das Backblech

Zubereitung

Pellkartoffeln schälen und durch die Presse drücken. Petersilie waschen und mit Stiel fein hacken, zu den Kartoffeln geben, mit Sahne, Gemüsebrühe, Salz und Muskatnuss zu einem cremigen Brei verrühren und abschmecken. Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden und in Öl und 1 EL Wasser glasig dünsten. Die Form einfetten und den Boden mit der Hälfte des Sauerkrauts bedecken. Backofen auf 180 Grad Innentemperatur vorheizen. Wacholderbeeren zerdrücken, Lorbeerblatt mit den Fingern zerkrümeln und die Hälfte dieser Krümel auf dem Sauerkraut verteilen. Kasseler in Würfel schneiden und mit den Zwiebeln über das Sauerkraut geben. Den Kartoffelbrei darüber streichen. Restliches Sauerkraut mit Wacholder und Lorbeer einschichten. Joghurt mit Sahne und Meerrettich verrühren und über das Sauerkraut streichen. In Scheiben geschnittene Tomate darüber legen und mit den übrigen Kräutern und etwas Salz bestreuen. 35 Minuten goldbraun überbacken.

Arbeitsmaterial: 1 kleine feuerfeste Form

Zubereitungszeit

Vorbereitungszeit: 15 min.

Zubereitungszeit: 35 min.

Pro Port: 425 Kcal

nur 85 mg Cholesterin

2, 8 BE

Kasseler Sauerkrauttopf M

Vollwertgericht mit viel Kalorien aber super lecker!

Zutaten für 4 Portionen

1 kg Kasseler Nacken am Stück

1 gr. Dose/n Sauerkraut

1 Becher Sahne, (250 ml)

10 Weintrauben, helle

3 große Zwiebel(n)

4 EL Zucker

Zubereitung

Kassler in einem großen Bräter auf der Speckseite anbraten, so dass das Fett ausgelassen wird. Das Fleisch aus dem Topf nehmen und beiseite legen.

Zwiebeln klein hacken und in dem Fett andünsten, den Zucker hinzufügen und karamellisieren lassen. Das Fleischstück wieder in den Topf legen, das Sauerkraut (mit Saft) darüber geben. Ein Becher Sahne über alles verteilen, dann die Weintrauben drauflegen. Den Deckel schließen und das ganze bei ca. 160 - 180 Grad 60 Minuten garen. Fertig!

Am besten schmecken Knödel oder Kartoffelbrei dazu.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

13.10.04 melli2

Kasseler Soljanka M

russischer Eintopf

Zutaten für 20 Portionen

1 kg Kasseler, Kasselernacken (durchwachsen) würfeln(wie Gulasch)

1 kg Gulasch, Schweinegulasch

6 m.-große Zwiebel(n), diese würfeln

5 Paprikaschote(n),

Jagdwurst, würfeln

0.3 kg Wurst, würfeln

6 Gewürzgurke(n), mittlere Größe

5 Tomate(n), kleinschneiden

1 Tube/n Tomatenmark

½ kg Sauerkraut

2 Zehe/n Knoblauch

4 Würfel Brühe

3 Peperoni, scharfe, kleinschneiden

Das klein geschnittene Fleisch und die Jagdwurst in einem großen Topf(etwa 12l) gut anbraten. Dann die Paprika, Tomaten, Zwiebeln und Gewürzgurken dazugeben. Alles einkochen lassen (ca. 1 Stunde). Dann mit Wasser bedecken und wieder aufkochen lassen. Tomatenmark(ca. dreiviertel einer großen Tube) und Knoblauchzehen dazugeben. Dann wieder runterkochen lassen, erneut mit Wasser auffüllen(etwa 9l) und die Peperoni und das Sauerkraut dazugeben. Nach ca. 20 Min. die Brühwürfel dazu und dann nochmals ca. 1 - 1,5 Stunden kochen lassen. Jetzt kann die Soljanka serviert werden!

Tipps: Einen Tag vorher kochen, dann kann sie noch mal richtig durchziehen! Auf dem Teller einen Löffel Creme Fraiche oder Schmand dazugeben!!

Zubereitungszeit: ca. 2 Std.
06.11.01 kein Name

Kasseler und Schmand M

Sauerkraut Kartoffelpfanne

Zutaten für 4 Portionen

1 Zwiebel(n)

200 g Kasseler, am Stück, roh, ohne Knochen

600 g Kartoffeln, festkochend

1 kl. Dose Sauerkraut (Abtropfgewicht 285 g)

2 EL Butterschmalz

1 Bund Schnittlauch

1 Becher Schmand

Salz

Pfeffer

evt. Knoblauchgranulat

Zubereitung

Zwiebel abziehen, halbieren, quer in Scheiben schneiden. Kasseler kalt abrausen, trocken tupfen und in 1,5-cm-große Würfel schneiden. Die Kartoffeln schälen, halbieren und in Spalten schneiden. Sauerkraut in einem Sieb gut abtropfen lassen.

Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen. Kartoffelspalten bei kleiner Hitze etwa 25 Minuten goldbraun braten. Nach 10 Minuten Zwiebel, Kasseler und Sauerkraut zufügen. Inzwischen Schnittlauch abrausen, trocken schütteln und in Röllchen schneiden. Gericht würzen und auf Tellern anrichten.

Schnittlauch mit dem Schmand verrühren und in einem Schälchen servieren, sodass sich jeder nach Belieben davon nehmen und auf die Kartoffeln geben kann.

Brennwert p. P.: 400

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

11.05.05 leckeressen

Kasselerauflauf Deftiger M

Zutaten für 6 Portionen

1 kg Kasseler - Kamm

2 Zwiebel(n) (Gemüsezwiebeln)

500 g Sauerkraut, (frisch od. 1 gr. Dose)

200 g Weintrauben, kernlose

2 Becher Sahne

3 EL Zucker

Zubereitung

Hinweis: Es kann auch Kasseler-Kotelett genommen werden. Dieses wird jedoch ziemlich trocken. Darum eignet sich Kasslerkamm (Nacken) am Besten!

Den Backofen auf 200°C vorheizen.

Kasslerkamm in große längliche Stücke schneiden. In einem ofenfesten Topf oder Bräter (m. Deckel) gut anbraten.

In der Zwischenzeit die Zwiebeln in kleinere Würfel schneiden. Das Fleisch aus dem Topf nehmen und die Zwiebeln im Bratenfett gut anbraten. Dann die drei Esslöffel Zucker zum karamellisieren hinzufügen und gut umrühren. Der Herd kann jetzt ausgeschaltet werden.

Das Fleisch auf die Zwiebeln legen, das Sauerkraut obendrauf geben. Die kernlosen Weintrauben waschen und auf dem Sauerkraut verteilen. Zum Schluss einen Becher Sahne über die Masse geben, den Topf / Bräter mit einem Deckel verschließen und im Backofen ca. 45 - 60min bei 200°C garen lassen.

Zwischendurch mit dem zweiten Becher Sahne den Auflauf angießen - je nach Bedarf - da der Auflauf mit nur einem Becher zu "trocken" werden kann.

Als Beilage eignet sich Kartoffelpüree oder Brot.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

16.07.05 Espressolino

Kasselerbraten mit süßer Sauce

Zutaten für 4 Portionen

800 g Kasseler ohne Knochen, gepökelt

1 EL Schweineschmalz

¼ Liter Wasser

1 EL Butterschmalz

¼ Liter Fleischbrühe

- 1 EL Grenadine
- 2 cl Portwein (tawny)
- 1 TL Sirup (Ahornsirup)
- 5 Wacholderbeeren
- 1 Lorbeerblätter
- 500 g Sauerkraut
- 1 EL Schweineschmalz
- ½ Zwiebel(n)
- 1 EL Rübensirup
- 5 Wacholderbeeren
- 2 Lorbeerblätter
- 1 Apfel
- 1 Kartoffeln, rohe, klein
- ½ Zwiebel(n)

Zubereitung

Den Braten ½ Stunde wässern, trocken tupfen. Mit dem Schmalz den Boden des Fleischtopfes einfetten, das Wasser zugießen, den Braten einlegen und im offenen Topf bei 225° auf mittlerer Schiene (bei 4 Schienen auf der zweiten von unten) im vorgeheizten Rohr 45 Min. backen. Dabei mehrmals begießen.

In der Zwischenzeit das Sauerkraut zubereiten.

Die Zwiebel würfeln, im Schweineschmalz goldgelb braten, den Rübensirup zufügen, kurz mitbraten, das ausgedrückte Sauerkraut hineingeben, gut umrühren, mit dem Wasser ablöschen.

Die Gewürze und den Apfel zugeben, auf kleiner Hitze köcheln lassen.

Nach zehn Minuten die Kartoffel in das Sauerkraut reiben, evtl. noch etwas Weißwein (Wasser) zugeben, gar köcheln lassen.

Daneben die Kartoffeln schälen und im Dämpfaufsatz dämpfen.

Das Fleisch aus dem Topf nehmen, warm stellen, in den Fond die in Würfel geschnittene Zwiebel geben, den Fond einkochen lassen. Das Butterschmalz zufügen, das Mehl gut Farbe nehmen lassen, mit der Fleischbrühe ablöschen. Alle anderen Zutaten außer dem Portwein zugeben, 5 Min. köcheln lassen, von der Flamme nehmen, Portwein zufügen.

Das Fleisch in Scheiben schneiden, an Kartoffeln und Sauerkraut anrichten, mit der Sauce verzieren.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

31.12.02 midgard2kopf

en Braten noch mit Honig bestreichen und Kurz unter die Oberhitze geben, dann gibt es noch eine schöne Kruste! 16.02.2004 09:27

Kochschinkenröllchen gefüllt mit Sauerkraut M

Zutaten für 4 Portionen

1 große Zwiebel(n)

400 g Sauerkraut

8 Scheibe/n Schinken, gekochter

2 EL Senf, mittelscharfer

10 Scheibe/n Käse (Chester Toastscheibletten)

100 ml Bier, helles

1 EL Butterschmalz

Salz und Pfeffer

Butter, für die Auflaufform

Kümmel

Paprikapulver, edelsüß

Zubereitung

Die Zwiebel schälen und fein hacken, Butterschmalz erhitzen und die Zwiebel glasig dünsten. Das frische Sauerkraut gut ausdrücken zu den Zwiebeln geben ca. 5 Minuten garen. Abschmecken mit Salz, Pfeffer und Kümmel. Die Schinkenscheiben mit dem Senf bestreichen mit Sauerkraut belegen und aufrollen. Backofen auf 200 Grad vorheizen. Eine flache Auflaufform buttern und die Röllchen einlegen. Mit den Käsescheiben belegen und das Bier angießen. Ca. 15 Min goldgelb überbacken. Danach mit Paprikapulver bestreuen und servieren. Dazu passt Kartoffelpüree.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

29.02.04 FrauMeier

Leberkäse Strammer Max 4 Ei

Zutaten für 4 Portionen

4 Scheibe/n Leberkäse, (à 150 g)

400 g Sauerkraut

1 TL Kümmel

Salz und Pfeffer

4 Scheibe/n Brot (Vollkornbrot)

3 TL Senf, scharfer

4 Ei

8 Gewürzgurke(n) (160 g)

Öl

Zubereitung

2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen, die Leberkäsescheiben darin braun anbraten. Herausnehmen und warm stellen. 1 EL Öl in die Pfanne geben und das Sauerkraut mit Kümmel darin 10-20 Minuten unter Rühren braten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Vollkornbrote mit Senf bestreichen, die Hälfte des Sauerkrauts darauf verteilen, die Leberkäsescheiben darauf legen und mit dem restlichen Sauerkraut bedecken. In einer Pfanne 4 Spiegeleier braten und auf die Brote setzen. Mit Gewürzgurken dazu servieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

28.12.02 Angel8854

Leberknödel auf Sauerkraut 1 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

750 g Sauerkraut
120 g Zwiebel(n), in Ringe
40 g Butterschmalz
125 ml Wein, weiß
½ TL Pfeffer, ganz
½ TL Piment, ganz
1 Lorbeerblatt

175 g Leber vom Schwein

200 g Hackfleisch vom Schwein

½ Brötchen, vom Vortag
1 TL Schmalz

Milch

60 g Zwiebel(n), gewürfelt
1 Ei
evt. Semmelbrösel
Salz
Pfeffer
Majoran
Petersilie, gehackt

Die Leber wird mit dem Messer feingehackt bzw. durch den Wolf gedreht und unter das Schweinehackfleisch gegeben. Dazu kommen die gewürfelten Zwiebeln, das in Milch eingeweichte und ausgedrückte Brötchen, das Ei, Salz, Pfeffer, Majoran und Schmalz. Diese Masse wird gut durchgearbeitet. Evtl. unter Zugabe von Semmelbröseln die Konsistenz verbessern. Die Masse kühl stellen, dann lässt Sie sich besser formen.

Man formt 6 Klöße und gart sie ca. 15 min. auf dem Sauerkraut oder separat in siedendem Wasser. Wenn die Knödel an der Oberfläche schwimmen, sind sie gar. Aus dem Wasser nehmen, abtropfen lassen und später auf dem Sauerkraut anrichten.

Zwiebeln in Scheiben schneiden und in einem Topf in Butterschmalz glasig dünsten. Das gut abgetropfte Sauerkraut hinzufügen und mit je 1/4 bis 1/2 Liter Wein und Wasser auffüllen. 20 Minuten kochen lassen. Pfeffer- und Senfkörner und das Lorbeerblatt in ein Leinensäckchen füllen und zum Sauerkraut geben. Noch einmal 15 Minuten kochen lassen. Dazu gibt es Salzkartoffeln.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

01.02.04 GudrunN

Mettwurst Sauerkraut Auflauf 1 Ei

Zutaten für 6 Portionen

1000 g Sauerkraut

2 Zwiebel(n)

1.5 EL Schmalz

250 ml Apfelsaft

3 Wacholderbeeren

1 TL Kümmel

1 Lorbeerblätter

4 Stück Wurst (Mettwürstchen

1000 g Kartoffeln, mehligkochend
etwas Mehl

1 Ei

Fett, für die Auflaufform

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Zwiebeln würfeln und im Schmalz braten. Sauerkraut und Gewürze zugeben, Apfelsaft angießen. Zugedeckt 30 Min. schmoren, abkühlen lassen. Die Flüssigkeit sollte fast verdampft sein.

Die Würste in Scheiben schneiden. Kartoffeln schälen und fein reiben. Die Kartoffelmasse ausdrücken und mit dem Ei, etwas Mehl, Salz, Pfeffer und der Wurst vermischen.

Backofen auf 220°C vorheizen. Eine feuerfeste Form mit dem Öl einfetten. Abwechselnd Kraut und Kartoffeln einschichten. Mit einer Kartoffelschicht abschließen. Im Ofen ca. 40 Minuten goldbraun backen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

21.06.02 küchenfee007

Mettwürste Rote Bete Sauerkraut Eintopf M

Zutaten für 4 Portionen

1 kg Rote Bete
400 g Sauerkraut, roh
600 g Kartoffeln
300 g Chinakohl

2 Scheibe/n Kasseler

2 Würste (Mettwürste)

2 Liter Brühe
Kümmel
Salz
Pfeffer
Zitronensaft
Dill
2 Lorbeerblätter

4 TL Schmand oder saure Sahne

Zubereitung

Die Kartoffeln und Rote Bete schälen und würfeln. Beide zusammen mit der Brühe, dem Lorbeer und dem Sauerkraut kochen, bis die Kartoffeln bissfest sind. Dann die klein geschnittenen Mettwürste und Kassler zugeben. Kochen, bis die Kartoffeln gar sind. Dann den klein geschnittenen Kohl zugeben und mit den restlichen Zutaten würzen. Es kann gerne ein Löffel Schmand oder Saure Sahne auf jeden Teller gegeben werden.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

08.12.04 stlanghans

Rippchen auf Kraut

Zutaten für 4 Portionen

4 Rippchen, gepökelt, (Kotelettstück v. Schwein)

50 g Schweineschmalz

1 Dose/n Sauerkraut
3 Wacholderbeeren

Zubereitung

Rippchen mit dem Schmalz und 1/2 L Wasser in den Topf geben. Sauerkraut locker darauf geben. Geschlossen 60-70 Min. kochen lassen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

18.04.01 Miguan

Rippchen, Skateintopf M

Zutaten für 4 Portionen

1 kg Rippchen, geräucherte Kotelettrippchen vom Schwein

2 große Zwiebel(n)

3 EL Zucker

1 kg Sauerkraut

250 g Weintrauben, kernlose

¼ Liter süße Sahne

¼ Liter Wasser

Die Rippchen in Portionsstücke schneiden und zuerst die Fettseite in einem großen Topf ohne Öl scharf anbraten. Dann die andere Seite anbraten, aus dem Topf nehmen und zur Seite stellen. Die Zwiebel würfeln und in dem heißen Rippchenfett anschwitzen. Den Zucker darüber streuen und die Zwiebeln karamellisieren. Rippchen zurück in den Topf geben und das Ganze mit 1/4 Liter Wasser ablöschen. Sauerkraut abtropfen lassen, auf den Rippchen verteilen und die Weintrauben darüber schichten. Dann mit der süßen Sahne aufgießen und bei mittlerer Hitze und geschlossenem Deckel ca. 50 Minuten garen lassen. Kurz vor dem Servieren noch mal mit Salz und Zucker abschmecken.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

19.10.04 Halef

Es schmeckt sehr gut. Kann frisch zubereiteten Kartoffelpüree und ein kaltes Bier dazu empfehlen.

Das nächste Mal werde ich nur 200 ml süße Sahne und 200 ml Wasser nehmen. Es war mir etwas zu flüssig. Ansonsten einwandfrei.

15.03.2005 22:23

Ja, es stimmt, es ist etwas flüssig. Soll ja auch ein Eintopf-Gericht sein.

LG Halef 06.04.2005 15:33

Sauerkrautauflauf mit Kartoffelpüree, M

Fleischwurst und Tomatensoße

Auch für Vegetarier geeignet, da die Fleischwurst durch Tofu ersetzt werden kann.

Zutaten für 6 Portionen

2 kg Kartoffeln, (bei Eile alternativ 2 Päckchen Maggi-Kartoffelpüree für je 3-4 Pers.)

500 g Fleischwurst, / alternativ Tofu gewürzt

1 gr. Dose/n Sauerkraut, oder 750 g frisches

2 EL Butter oder Margarine

Für die Sauce:

5 EL Wein, weiß

½ Liter Wasser

2 Msp. Thymian

1 kleines Lorbeerblatt

2 Gewürznelken

2 Stück Zitrone(n) - Schale

2 Pck. Fertigmischung für Tomatensoße (besser schmeckt natürlich frische)

2 Prisen Zucker

2 TL Madeira

2 EL Sahne

Zubereitung

Aus den Salzkartoffeln (oder bei Eile aus den Päckchen) einen guten -mit Butter- Kartoffelpüree zubereiten und die Eier gleichmäßig unterrühren, die Hälfte des Pürees in eine große, gebutterte Auflaufform füllen. Die Wurst würfeln (Tofu würfeln und nach Geschmack würzen) in Butter anbraten, mit dem Sauerkraut mischen und auf den Kartoffelpüree geben. Den restlichen Püree auf die Sauerkrautfüllung geben, glatt streichen, mit Butterflöckchen belegen und im Backofen bei 225 - 250° Ober/Unterhitze ca. 45 - 50 Min. backen. Den Auflauf gibt man mit Tomatensoße zu Tisch, die wie folgt zubereitet wird:

Zutaten siehe oben. (Alternativ eine frisch zubereitete Tomatensoße)

Wein und Wasser erwärmen, Gewürze dazu geben, Tomatensoße nach Anweisung darin zubereiten, Lorbeerblatt, Nelken und Zitronenschale herausnehmen und mit Zucker, Madeira und Sahne abschmecken.

Dieser Auflauf lässt sich wunderbar vorbereiten und wird erst bei Bedarf in den Ofen geschoben!

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

03.10.04 Sibylle-Monika

..... oh, die Eier sind verloren gegangen. Sorry!

Für 1 kg Kartoffeln oder 1 Päckchen Püree werden 2 Eier benötigt, die unter das fertige Püree gerührt werden.

Guten Appetit wünscht Euch Sibylle 30.06.2005 21:55

Schinken Landsknecht M

Zutaten für 1 Portionen

1 Scheibe/n Brot (frisches Bauernbrot)

2 Scheibe/n Schinken, gekochten

3 EL Sauerkraut

2 Scheibe/n Käse (Gouda/Edamer)

1 TL Petersilie

Zubereitung

Das Bauernbrot mit dem Schinken belegen. Reichlich Sauerkraut oben drauf geben und auf dieses dann den Käse legen. Alles in den Backofen schieben oder Mikrowelle und überbacken, bis der Käse verlaufen ist. Mit der Petersilie garnieren und sich schmecken lassen!

Zubereitungszeit: ca. 5 Minuten

13.12.03 Bimbo

Schinken Sauerkraut Brötchen

Zutaten für Portionen

1 Würfel Hefe

1 TL Salz

1 EL Zucker, (flüssig machen)

125 ml Öl

250 ml Wasser

200 g Salami

200 g Schinken, gekochter

1 kl. Dose Sauerkraut, (300g)

Zubereitung

Aus Hefe, Salz, flüssigem Zucker, Öl, Wasser und Mehl einen geschmeidigen Hefeteig zubereiten, gehen lassen. Unter den Teig die Salami, den Schinken und das Sauerkraut kneten (alle drei Zutaten kleingeschnitten). Aus dem Teig Brötchen formen, ca. 10 Stück, je nach gewünschter Größe. Bei 200° ca. 25 Minuten (je nach Größe der Brötchen) backen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
07.08.03 Picon

Hier fehlt natürlich das Mehl, 500g davon, dann kann nix schief gehen. Außerdem mache ich die Hefe mit dem Zucker flüssig und gebe dann das Mehl und alles andere dazu.

Grüße von Picon 03.09.2003 14:39

Schinken Sauerkrautauflauf mit M

Bandnudeln

Zutaten für 4 Portionen
250 g Bandnudeln

300 g Schinken (geräucherter Putenschinken)

200 g Käse (geriebener Emmentaler)

1 Bund Frühlingszwiebel(n)

1 EL Butterschmalz

400 g Sauerkraut (Weinsauerkraut mit Speck) aus der Dose
g Cherrytomate(n)

1 EL Majoran

125 ml Sahne

Zubereitung

Die Nudeln in Salzwasser bissfest garen, abgießen. Putenbrust in feine Streifen schneiden. Die Frühlingszwiebel putzen und in feine Ringe schneiden.

Zwiebel in heißem Butterschmalz andünsten. Dann erst die Putenbruststreifen und kurz darauf das Sauerkraut zugeben. Alles ca. 5 Min. schmoren lassen. Die geviertelten Tomaten vorsichtig unter die Sauerkrautmasse heben. Mit wenig Salz und Pfeffer würzen.

Ofen auf 200Grad vorheizen. Kraut und Nudeln abwechselnd in eine Auflaufform geben. Den geriebenen Käse drüberstreuen. Sahne mit Majoran verrühren und über den Auflauf geben.

Ca. 30 Min. garen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

06.08.03 Lisa Mandl

Schinken Sauerkrautstrudel 2 Eigelb M

Zutaten für 4 Portionen

100 g Mehl

1.5 EL Öl

1 Prise Salz

1 Prise Zucker

300 g Tomate(n)

500 g Sauerkraut

75 g Schinken, roher

1 Zwiebel(n), rote

1 Zehe/n Knoblauch

1 Bund Petersilie

1 TL Öl

2 TL Thymian, Rosenpaprika

Salz und Pfeffer

2 Eigelb

½ Zitrone(n), (Saft u. abger. Schale)

2 TL Senf

75 g Crème fraiche

2 EL Milch

Zubereitung

Am Vorabend: Für den Teig Mehl, Öl, Salz, Zucker und 75 ml Wasser verkneten. Teig in Folie wickeln und über Nacht im Kühlschrank ruhen lassen, Tomaten überbrühen, häuten, achteln, entkernen. Kraut abtropfen lassen, fein hacken. Den Schinken klein würfeln.

Zwiebel und Knoblauch abziehen, fein würfeln. Petersilie abrausen, Blättchen abzupfen und fein hacken. Zwiebel und Knoblauch im heißen Öl andünsten. Mit Schinken, Tomaten, Petersilie, Gewürzen, Eigelben, Zitronensaft und Zitronenschale zum Sauerkraut geben, vermengen. Über Nacht kalt stellen.

1 Stunde vor dem Servieren: Den Elektro - Ofen auf 200 Grad (Gas: Stufe 3) vorheizen. Teig auf bemehlter Arbeitsfläche ausrollen. Mit den Händen hauchdünn zu einem Rechteck (35x45 cm) ausziehen. Senf mit Creme fraiche mischen, auf den Teig streichen. Kraut darauf geben. Rundum einen schmalen Rand frei lassen. Kurze Seiten über die Füllung schlagen, Strudel einrollen. Auf gefettetem Blech 30 Minuten backen. Ab und zu mit Milch bestreichen. Vor dem Servieren 5 Minuten ruhen lassen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

12.06.02 Maunzi

Schinken Sauerkrauttoast M

Zutaten für 2 Portionen

200 g Sauerkraut, gekocht

2 Scheibe/n Brot (Schwarzbrot)

2 Scheibe/n Toastbrot

2 EL Butter

2 Scheibe/n Schinken, gekocht

1 Birne(n), reif

30 g Käse (Roquefort)

2 EL Sahne

Pfeffer

2 Tomate(n)

1 Zwiebel(n), rot

2 Scheibe/n Käse (Edamer)

Paprikapulver, edelsüß

Zubereitung

Das Sauerkraut gut ausdrücken. Jede Brotscheibe mit Butter bestreichen. Wenn kein Grillgerät besteht, den Backofen auf 220 Grad vorheizen.

Das Schwarzbrot mit dem Schinken belegen. Die Birne vierteln, das Kerngehäuse entfernen, Birnenviertel schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Birnenscheiben auf dem Schinken verteilen und anschliessend mit gut der Hälfte des Sauerkrautes belegen.

Den Roquefort zerdrücken und mit der Sahne vermischen. Die Käsemasse mit Pfeffer würzen und auf dem Sauerkraut verstreichen.

Die Tomaten waschen, in Scheiben schneiden und dachziegelartig auf das Toastbrot legen. Mit Pfeffer würzen. Restliches Sauerkraut darauf verteilen. Die Zwiebel schälen, in dünne Ringe schneiden und auf dem Sauerkraut verteilen. Mit den Edamerscheiben bedecken und mit Paprika bestreuen.

Die Brotscheiben unter dem Grill oder im Backofen 6 - 8 Minuten überbacken, bis der Käse geschmolzen bzw. leicht gebräunt ist.

Brennwert p. P.: 540

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

22.02.02 Garfield

Schinken Szegediner Sauerkrautsuppe M

Zutaten für 4 Portionen

150 g Sauerkraut, frisch oder aus der Dose

50 g Schinken, geräuchert

2 Zwiebel(n), klein

2 EL Öl

20 g Paprikapulver, edelsüß

1.25 Liter Rinderbrühe

1 Zehe/n Knoblauch, gepresst

Salz

Kümmel

1 Kartoffeln, mittelgroß, mehligkochend

2 Wurst (Debreziner Würste)

2 EL saure Sahne

Zubereitung

Frisches oder Dosensauerkraut wässern und etwas zerkleinern. Räucher-schinken in kleine Würfel schneiden. Zwiebeln fein hacken.

2 EL Öl im Suppentopf erhitzen. Erst den Speck anbraten, dann die Zwiebeln glasig anschwitzen. Paprikapulver edelsüß begeben und durchrühren. Mit Rinderbrühe auffüllen, Sauerkraut, gepresste Knoblauchzehe, Salz, Kümmel nach Geschmack zugeben. Die Suppe auf kleiner Flamme köcheln lassen.

Kartoffel fein reiben und zugeben, wenn das Sauerkraut weich erscheint (bei frischem Sauerkraut Kochzeit ca. 45 Minuten, bei Dosensauerkraut ca. 10 Minuten). Die geriebene Kartoffel 5 Minuten mitkochen lassen.

Debreziner Würste in Scheiben schneiden, der Suppe begeben und noch mal aufkochen.

Suppe in einer Terrine anrichten. Sauere Sahne auf die Suppe geben und leicht verrühren.

Tipp: Wer die Suppe etwas sämiger mag, kann noch 15 g Mehl mit etwas Wasser verrühren und die kochende Suppe damit etwas binden.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

26.02.02 Aurora

Schinken Überbackene Wraps mit Kraut

Zutaten für 8 Portionen

1 Zwiebel(n)

1 EL Öl

100 g Schinken, gewürfelt, mager

1 Dose/n Sauerkraut, (ca. 850g)

125 ml Gemüsebrühe

Salz und Pfeffer

1 TL Kümmel, (kann man auch weglassen)

1 Pck. Tortilla/s - Wraps (4 Weizenmehlfladen; 280g)

Petersilie

Zubereitung

1.) Zwiebel schälen und fein hacken. Öl in einem Topf erhitzen. Schinken darin knusprig auslassen. Kraut zugeben 1 und kurz anschmoren. 100 ml Brühe angießen. Zugedeckt ca. 10 Minuten schmoren. Mit Salz, Pfeffer und Kümmel kräftig würzen.

2.) Creme fraiche unter die Sauerkrautmasse rühren. Nochmals abschmecken. Auf den Wraps verteilen und fest aufrollen. Wraps halbieren und mit Holzspießchen feststecken. In eine gefettete ofenfeste Form setzen. Rest Brühe angießen. Im vorgeheizten Backofen (E Herd: 200 °C / Umluft: 175 °C / Gas: Stufe 3) ca. 15 Minuten backen. Mit Petersilie garnieren.

Tipp: Noch raffinierter wird dieses Rezept, wenn Sie statt der Brühe Cidre (franz. Apfelwein) zum Kraut geben und mit schmoren. Auch können Sie die Wraps noch mit einem würzigen Käse, z.B. Comte oder Emmentaler, überbacken. Wenn Sie keine fertigen Tortilla Wraps bekommen, vier Pfannkuchen backen und wie beschrieben füllen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

14.06.05 Dragonfly-Lady

Schinken, Sauerkraut

Zutaten für 4 Portionen

1 kg Sauerkraut

100 g Schinken, (gew. Schinken)

2 Zwiebel(n)

1 Knoblauch

250 ml Wein, weiß

250 ml Wasser

1 Würfel Brühe

1 Apfel

1 Kartoffeln, gerieben

3 Wacholderbeeren

1 Lorbeerblatt
½ TL Kümmel
Salz und Pfeffer
Zucker, nach Geschmack

Zubereitung

Alles zusammen in einen Topf geben und einfach köcheln lassen.
Am besten 2 Tage ziehen lassen.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten
07.05.05 mcd

sorry, ich nehme natürlich rohen Schinken dazu, ich persönlich nehme den fertig gewürfelten.

Der Apfel wird dort hinein gerieben.

Beim köcheln sind keine Grenzen gesetzt, wir persönlich mögen das Sauerkraut so richtig matschig.....

Laut Originalrezept braucht man es nur 2 Stunden köcheln.

Ich hoffe Euch geholfen zu haben und wünsche ein gutes Gelingen.

LG Karin

Schinken, Sauerkraut Kartoffel Rösti 2 Ei

Zutaten für 4 Portionen

1 Zwiebel(n)

150 g Schinken, gekochter

2 Scheibe/n Toastbrot (Roggentostbrot)

300 g Kartoffeln

250 g Sauerkraut, gut abgetropft und etwas klein geschnitten

2 EL Kartoffelmehl, evtl. auch 3 EL bei Bedarf

Salz und Pfeffer

2 Ei

Fett, zum Braten

Zubereitung

Die Zwiebel, den Schinken und den gerösteten Toast fein würfeln. Die Kartoffeln schälen, grob reiben und mit Sauerkraut, Toast, Zwiebeln, Schinken, Eiern und Mehl vermischen. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Aus der Masse ca. 16 Puffer formen und in heißem Öl von jeder Seite kräftig anbraten.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten
24.03.04 Joviv

Schinken, Sauerkraut mit gefüllten Birnen

Zutaten für 4 Portionen

- 1 kg Sauerkraut
- 1 große Zwiebel(n)
- ½ Liter Gemüsebrühe, kräftige
- 2 Lorbeerblätter
- 3 Nelken
- Piment, ganz

50 g Butter

- 4 Birne(n), feste (Williams, Abate o.ä.)
- 1 kleine Zwiebel(n)

150 g Schinken, gekochten, geschnitten

Salz und Pfeffer

Große Zwiebel in Würfel schneiden. Butter zerlassen, Zwiebel zugeben und andünsten. Dann das Sauerkraut zugeben, auseinanderziehen und Zwiebel unterrühren. Sauerkraut noch kurz mit andünsten, dann mit 1/2 l kräftiger Gemüsebrühe ablöschen, Lorbeer, Nelken und Piment zugeben, aufkochen lassen und zugedeckt ca. 45-60 Minuten köcheln lassen. Öfters umrühren. In der Zwischenzeit die Birnen waschen, halbieren und das Kerngehäuse großzügig entfernen. Die letzten 15-20 Minuten mit der aufgeschnittenen Seite nach unten auf das Kraut legen. Auf kleiner Flamme weiter köcheln lassen.

Die kleine Zwiebel und den Schinken in kleine Würfelchen schneiden. In einer kleinen Pfanne mit Olivenöl schön braun und knusprig anbraten. Die Birnen vom Kraut nehmen, Sauerkraut mit Pfeffer und Salz abschmecken und in eine Schüssel geben. Die Birnen nun mit der aufgeschnittenen Seite nach oben auf das Kraut legen und die Zwiebel-Schinken-Mischung in die Aushöhlungen füllen.

Dazu passen Kartoffeln aller Art oder Schupfnudeln.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

18.02.05 tikus

Schinkenspeck Sauerkrautpirogen 2 Ei

Zutaten für 6 Portionen

- 1 Dose/n Sauerkraut

500 g Schinkenspeck

500 g Hackfleisch

500 g Mehl

2 Ei

Wasser

Zubereitung

Aus Mehl, Eiern und Wasser einen Nudelteig zubereiten.

Sauerkraut etwa 45 Min. kochen dann in einen Durchschlag schütten und den Saft ablaufen lassen. Wenn das Sauerkraut erkaltet ist ausdrücken und mit einem Wiegemesser etwas zerkleinern.

Hackfleisch mit kleingewürfeltem Schinkenspeck knusprig braten, Sauerkraut hinzufügen und gut mischen.

Nudelteig ausrollen und mit einer großen Tasse runde Formen ausstechen, Teigplatten auf einer Hälfte mit Hackfleischmasse füllen und die andere darüber klappen, Ränder mit einer Gabel andrücken und ca.10 Min. in Salzwasser leicht kochen lassen.

Nach dem kochen erkalten lassen und anschließend in heißen Öl goldbraun braten.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 15 Minuten

28.01.02 Hasiramona

Schinkentaschen 1 Ei M

Zutaten für 3 Portionen

1 Pck. Blätterteig, gefroren, 400 g

300 g Schinken, aufgeschnitten

300 g Zwiebel(n)

1 Pck. Kräuter, italienische

1 Becher Crème fraiche

Salz

Pfeffer

1 Ei

Milch

Zubereitung

Den Blätterteig auftauen.

Schinken klein würfeln und den Zwiebel klein schneiden. Zwiebel in etwas Öl anbraten und Schinken dazugeben. Zu der Zwiebel-Schinkenmasse die italienischen Kräuter hinzugeben, salzen und pfeffern und Creme fraiche untermischen - von der Herdplatte nehmen. Zwischenzeitlich das Rohr auf 200 °C vorheizen.

Den Blätterteig in gleichmäßige Teile schneiden und die Füllung in die Mitte setzen (darf ruhig etwas mehr sein - man muss die Tasche halt noch zusammenklappen können), Tasche zusammenklappen, die Ecken umbiegen und den Rand mit einer Gabel festdrücken. Das Ei mit etwas Milch verrühren und die Tasche mit einem Pinsel bestreichen.

Bei 200 °C im Ofen goldbraun backen (etwa 15 - 20 min).

Dazu entweder Sauerkraut oder einen grünen Salat servieren.

Meiner einer bevorzugt das Sauerkraut!

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

19.03.04 Tanja84

Schwein Krautwickler

Zutaten für 4 Portionen

4 Roulade(n) vom Schwein

1 Dose/n Sauerkraut

1 Prise Salz

1 Prise Pfeffer

Butter, zum Anbraten

Für die Sauce:

2 Würfel Fleischbrühe, klare

Saucenbinder, dunkel zum Andicken je nach Wunsch

1 Liter Wasser

Paprikapulver

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Zuerst die Schweinerouladen salzen und pfeffern. Dann die Rouladen mit dem Sauerkraut füllen und einwickeln.

Die Rouladen in einem Topf mit Butter leicht anbraten das Wasser aufgießen und die Rouladen schön zart/weich kochen.

Für die Sauce: Die Rouladen aus dem Topf nehmen und die Brühwürfel in das Wasser einrühren. Dann den Topf vom Kochfeld nehmen und den Saucenbinder einrühren, dann nochmals aufkochen lassen und mit den Gewürzen abschmecken.

Die Rouladen wieder in der Soße erwärmen !

Tipp: Als Beilagen eignen sich Klöße oder Salzkartoffeln und Rosenkohl oder Gemüse nach Wunsch!

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
27.07.04 Hobby_Koch_Christian

Schwein Sauerkrautroulade

Zutaten für 2 Portionen
200 g Sauerkraut

2 Roulade(n) vom Schwein

4 Scheibe/n Speck (Frühstücksspeck)

20 g Schmalz

¼ Liter Rinderbrühe

1 Möhre(n)

2 EL Senf

1 Zwiebel(n)

3 Zweig/e Dill

Kümmel

Salz und Pfeffer, Pfeffer

Majoran

Zubereitung

Die Rouladen mit Salz, Pfeffer, Kümmel und Majoran würzen. Das rohe Sauerkraut klein schneiden, die Möhre raspeln, Dill hacken und alles mit dem Senf mischen.

In die Mitte der Rouladen den Frühstücksspeck und die Sauerkrautmasse geben und alles zusammenrollen. Mit Küchengarn die Rouladen binden.

In heißem Schmalz von allen Seiten gut anbraten und mit Brühe auffüllen. Alles im Ofen bei 180 Grad 30 Minuten schmoren lassen. Die Rouladen dabei wiederholt mit dem in der Kasserolle entstandenen Fond übergießen. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Fäden von den Rouladen lösen und anrichten. Dazu passt gut Kartoffelpüree.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten
12.05.04 Innocenti

Schwein Sauerkrautrouladen M

Zutaten für 4 Portionen

4 Roulade(n) vom Schwein

Salz
Pfeffer
1 EL Senf

4 Scheibe/n Fleisch (Frühstücksfleisch)

850 Sauerkraut
3 EL Öl
500 ml Brühe, (Instant)
1 EL Tomatenmark
1 Paprikaschote(n), rote
2 Zwiebel(n)
250 ml Wasser

75 g Sahne

Saucenbinder
Paprikapulver, edelsüß

Zubereitung

Fleisch würzen, mit Senf bestreichen. Speck und je ca. 30 g Sauerkraut drauflegen. Fleisch aufrollen und zustecken. 2 EL Öl erhitzen; Rouladen darin anbraten. Mit Brühe ablöschen Tomatenmark zufügen. Ca. 45 Min. garen. Paprika in Stücke schneiden, Zwiebel hacken. Rest Öl erhitzen. Zwiebel und Paprika darin anbraten. Übriges Sauerkraut zufügen. Ca. 4 Min. schmoren. Mit 250 ml Wasser ablöschen. Weitere 10 Min. schmoren, würzen. Rouladen herausnehmen. Bratenfond und Sahne aufkochen, mit Soßenbinder andicken, würzen

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
07.02.03 Helene1

Schweinebauch mit Sauerkraut gefüllt

Zutaten für 6 Portionen

1.5 kg Schweinefleisch (Schweinebauch)
500 g Sauerkraut

100 g Schinken, roh

Salz und Pfeffer
Knoblauch
Fett, zum Anbraten

Zubereitung

Schweinebauch einschneiden, aber nicht ganz durch. Dann aufklappen, salzen, pfeffern und Knoblauch hinzufügen. Sauerkraut einlegen (nicht waschen). Schweinebauch von einem Ende zum anderen einrollen den Speck über den Schweinebauch legen. Das Ganze mit Küchengarn festbinden.

Von allen Seiten gut anbraten und dann im Ofen bei 180° ca. 1,5 Stunden fertig braten.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

27.11.04 fleischer35

Eine Tasche in den Bauch schneiden ist besser dann bleib der Saft im Bauch

30.11.2004 08:43

ja der Speck ist der rohe Schinken - logisch

14.02.2005 21:32

Schweinebauch Sauerkrautroulade, gegrillt

Zutaten für 8 Portionen

1 kg Schweinefleisch (Schweinebauch), in Scheiben

½ kg Sauerkraut

Salz und Pfeffer

Kerbel

Schweinebauchscheiben würzen, Sauerkraut hinzufügen, aufrollen, mit Sticker befestigen. Auf dem Grill langsam garen.

Dazu Knoblauchkartoffeln mit Kräuter in Folie gebacken.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

22.04.03 Ottomar

Hallo Ottomar,

heute habe ich die Rouladen zubereitet, ich habe noch etwas Senf auf das Fleisch gestrichen und mit Olivenölknoblauchsoße mariniert.

Hatte sehr schönen mageren Schweinebauch bekommen.

Noch mal Danke ist toll das Rezept.

VG Jürgen und Nancy 18.09.2004 13:37

Schweinebraten Szegediner 2 Ei

Rückenbraten

Zutaten für 6 Portionen

2 kg Schweinebraten (Lummerbraten)

1 Pkt. Sauerkraut
1 Paprikaschote(n), rote
1 Zwiebel(n) (Gemüsezwiebel)
¾ EL Paprikapulver, süß

2 große Ei

4 EL Paniermehl

10 Scheibe/n Speck, fetter (hauchdünn)

2 EL Schinkenspeck, gewürfelt

Pfeffer

Salz

2 Zehe/n Knoblauch

Zubereitung

Rückenstück der Länge nach z-förmig einschneiden, auseinander klappen und pfeffern, salzen und mit Paprika einreiben.

Paprika von Kernen und Gehäuse befreien und mit einem Sparschäler in sehr dünne Streifen schneiden. Zwiebel schälen, halbieren und in hauchdünne Ringe schneiden. Sauerkraut sehr gut auspressen und mit Zwiebel, Paprika und Schinkenspeckwürfeln vermischen, Knoblauch dazu pressen, Paprikapulver unterrühren, ebenso die geschlagenen Eier und das Paniermehl. Die Masse auf dem Fleisch verteilen und zusammenrollen/klappen. Den Braten mit fettem Speck bandieren und mit Lebensmittelschnur (Metzger) binden. Ich grille das ganze über Holzkohle am Spieß ca. 1,5-2 Stunden. Am besten geht das natürlich mit dem Fleischthermometer. Dazu passt z.B. selbstgemachter Tomatenketchup und Rosmarinkartoffeln. Natürlich gehen auch Fritten, Faulfritten und diverse Saucen und Chutneys.

Ein trockener Weiswein z. B. aus der Pfalz rundet das ganze ab. Das ganze schmeckt mit einem Kalbsrücken mindestens genauso gut.

Zubereitungszeit: ca. 3 Std.

04.12.03 Rafael

Schweinebraten Weißkohl Sauerkraut Eintopf

Schlesischer Bigosch

Zutaten für 4 Portionen
250 g Speck, durchwachsen

1 kg Schweinebraten

2 Zwiebel(n)

2 Zehe/n Knoblauch
2 kl. Dose Tomatenmark
500 g Sauerkraut
500 g Weißkohl
1 TL Paprikapulver, rosenscharf, (nach Geschmack etwas weniger)
n. B. Salz und Pfeffer
1 Lorbeerblätter
½ TL Kümmel

Zubereitung

Zwiebeln dünsten, Speck und Fleisch würfeln und anbraten. (Wie Gulasch). Knoblauch klein geschnitten dazugeben. Sauerkraut und Weißkohl kleinschneiden und je extra kochen bis es weich ist.
Lorbeerblatt, Kümmel Pfeffer, Salz und Rosenpaprika dazugeben.
Sauerkraut und Weißkohl zusammen mischen, das fertige Fleisch dazugeben (mit Soße). Das Ganze mischen.
Dann Tomatenmark drunter mischen und noch mal kurz durch schmurgeln lassen.
Nach Geschmack nachwürzen.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.
28.01.02 UschiG

ja, ja, das wunderbare Bigos. Ich verwende auch die Zutaten wie Uschi, lasse jedoch, wg. des Krautes, den Knobi weg und nehme bei dieser Mengenangabe 300g. Fleischwurst, die erst in Würfel geschnitten und dann angebraten wird. Anstelle des Rosenpaprikas verwende ich eine kleine Tube Tomatenmark. Bigos schmeckt erst nach dem 2. Aufwärmen so richtig, deshalb, die doppelte Menge kochen. ""Wolfgang
04.02.2002 11:14

Ja, ich mach's wie Wolfgang-Dietz: zusätzlich Fleischwurst, dafür weniger Schweinefleisch, viel Tomatenmark, mehr Weißkohl als Sauerkraut, immer gleich die doppelte Menge. (- und auch ein paar Wacholder-Beeren und Pimentkörner -)
Lässt sich gut einfrieren - wenn "morgen" noch was übrig ist.
Gruß Gittili 07.07.2002 10:02

Ich füge noch 4 kleingeschnittene Mettenden hinzu, dafür weniger Fleisch und eine Dose Pfifferlinge. Manchmal bereite ich es auch ausschließlich mit Sauerkraut zu (= 1 Dose).
Herrlich jetzt kommt wieder die Jahreszeit, wo es besonders gut schmeckt. 14.10.2002 13:21

meine Schwiegermutter macht den Bigosch mit Schweinefleisch und Rindfleisch und geräucherter wurst und Speck.....also ziemlich gehaltvoll! au-

Berdem lässt sie ihn mindestens 3 x abkühlen und wärmt ihn wieder im Backofen auf. DER ABSOLUTE WINTERTRAUM!
grüße, grassl 18.04.2004 21:53

Schweinebrust Waldviertler Topf

Zutaten für 4 Portionen

400 g Schweinefleisch (Schweinebrust)

60 g Speck

½ kg Sauerkraut

1 große Zwiebel(n)

1 Zehe/n Knoblauch

Salz

Pfeffer

Kümmel

Zubereitung

Das Schweinebrust wird samt der Schwarte in Würfel (wie für Gulasch) geschnitten, mit Salz, Pfeffer, Kümmel, dem zerdrückten Knoblauch und der feingehackten Zwiebel vermischt und einige Zeit stehen gelassen. Inzwischen lässt man den kleinwürfelig geschnittenen Speck glasig anlaufen, gibt das Fleisch dazu, röstet es scharf an, rührt das geschnittene Sauerkraut darunter, gießt mit Wasser auf und lässt das Ganze 10 Minuten wallend kochen.

8 Waldviertler Knödel (Rezept im Chefkoch) werden nun in das kochende Krautfleisch eingebettet (eventuell vorher noch Wasser nachgießen) eine gute Viertelstunde langsam kochen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

01.06.03 Suppentopf

Schweinefilet Sauerkraut

á la Lian Chung

Zutaten für 2 Portionen

300 g Schweinefilet

2 Zehe/n Knoblauch

4 EL Mangochutney

4 EL Öl (Sesamöl)

1 TL Pfeffer, bunt, grob geschrotet

Salz

½ Paprikaschote(n), grün

½ Paprikaschote(n), rot
200 g Basmati
2 EL Rosinen
2 EL Öl (Sonnenblumenöl)
500 g Sauerkraut
1 Glas Sauce (Saucenfix) ?

Zubereitung

Die Knoblauchzehen schälen und zerdrücken. Mit Mangochutney, Sesamöl, Pfeffer und Salz zu einer Marinade verrühren und pürieren. Die Paprikaschoten halbieren, putzen und in breite Streifen schneiden. Das Fleisch in lange Streifen schneiden und mit den Paprikastreifen wellenförmig auf Spieße stecken. Mit der Marinade bestreichen und 30 Minuten ruhen lassen.

Inzwischen den Reis mit den Rosinen nach Vorschrift garen. Die Spieße aus der Marinade nehmen, abtropfen lassen und in heißem Öl rundherum anbraten. Das Sauerkraut mit dem Saucen-Fix erhitzen, nach Wunsch mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit den Fleischspießen und dem Reis auf Tellern anrichten.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten
14.11.04 Halef

Schweinefleisch gekochtes

...wie man es in Triest isst..

Zutaten für 4 Portionen

4 Stück Rippchen

350 g Schinken (Pancetta)

2 Würste (salsicce di cragno, Triester Spezialität, Ersatz frische Schweinswürste)

200 g Wurst (Schlackwurst)

750 g Schweinefleisch aus Kamm oder Schulter

Meerrettich

Senf

1 kg Sauerkraut

50 g Speck, fetter

Salz und Pfeffer

Kümmel

Zubereitung

Großer Topf, viel kochendes Wasser, so fängt es an.
Rippchen, 250g Pancetta und Würstchen hinzufügen. Wenn das Wasser
erneut kocht, Schlackwurst und Schweinefleisch hinzugeben und 20 min
köcheln lassen.

Für das Kraut 100g Pancetta fein würfeln und langsam in ausgelassenem
Speck anbraten. Sauerkraut und Kümmel hinzufügen. Salzen und pfeffern.
Kochwasser vom Fleisch zugeben und deftig abschmecken.

Fleisch auf warmer Platte anrichten, mit Sauerkraut umgeben. Dazu Senf
und geriebenen Meerrettich reichen.

Deftig, deftig sag ich Euch...

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

26.12.04 Almi

was ist Schlackwurst ? meine Oma machte auch immer was mit Schlack-
wurst, sie kam aus der Pfalz. ich habe völlig vergessen was es ist .

Gruß Sonja 03.02.2005 23:44

Eine Art milde Salami, dick im Durchmesser, ähnlich der Sommerwurst.

25.03.2005 22:33

Schweinefleisch mit Rauchfleisch und Kraut M

Deftiges aus Tschechien

Zutaten für 4 Portionen

400 g Schweinefleisch

200 g Rauchfleisch

60 g Schmalz

30 g Speck

2 Zwiebel(n)

1 Liter Brühe

250 g Sauerkraut

125 ml saure Sahne

2 EL Mehl

1 TL Paprikaschote(n)

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Schweinefleisch und Rauchfleisch in Würfel schneiden und in Schmalz,
feingeschnittenem Speck und mit den gehackten Zwiebeln kräftig anbra-
ten. Mit Brühe ablöschen und schmoren lassen. Kleingeschnittenes Sauer-

kraut zugeben und alles garen, bis es weich ist. Sahne zugießen und Mehl darüber stäuben und aufkochen. Paprika zugeben und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Dazu passen Semmelknödel.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 30 Minuten

11.02.01 kein Name

Schweinefleisch Piroggen 4 Ei

Teigtaschen

Zutaten für Portionen

400 g Mehl

4 Ei

1 Prise Salz

500 g Schweinefleisch (Schweinebauch)

400 g Sauerkraut

400 g Kartoffeln, gekochte

Aus dem Mehl, Eiern und mit einer Prise Salz einen geschmeidigen Nudel-
teig kneten. Ausrollen und leicht abliegen lassen.

Aus dem Bauchfleisch Grieben schneiden und ausbraten.

Das Sauerkraut und die Kartoffeln kochen (natürlich getrennt). Die Kar-
toffeln auspressen und mit dem Sauerkraut mischen. Dazu die eine Hälfte
der Grieben zumischen.

Aus dem Nudelteig kleine Teigtaschen formen und in diese die Sauer-
krautgriebenfüllung geben. Teigtasche durch zusammendrücken verschlie-
ßen.

Fertige Teigtaschen im kochenden Salzwasser garen. Nach ca. 20 min un-
ter kleinem Feuer gekocht, aus dem Topf nehmen und auf eine mit einer
gestürzten Untertasse belegten Steingutschüssel schichten. Zum Essen
werden die Piroggen mit dem restlichen Fett und den Grieben übergossen
und mit wenig Salz bestreut gegessen.

Wer keine Grieben mag, kann braune Butter nehmen. Wer kein Sauer-
kraut will, macht die Füllung mit Quark.

Alles mit bisschen Fingerspitzengefühl zubereiten, notfalls kann auch
Krautsuppe entstehen.

Lieber mehr Grieben auslassen, denn wenn man den richtigen Geschmack
gefunden hat, wird ohne Ende gefuttert.

Gericht ist für die kalte Jahreszeit bestens geeignet.

Brennwert p. P.: 400

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

25.10.04 nanncy100

Schweinefleisch Szegediner Gulasch M

Zutaten für 4 Portionen

500 g Schweinefleisch, abgebraust, in Würfeln, mit Paprika gewürzt

500 g Sauerkraut

2 Zwiebel(n), klein geschnitten

50 g Schweineschmalz

2 TL Paprikapulver

1 Kartoffeln, roh

250 ml Brühe

125 ml saure Sahne

2 EL Tomatenketchup

Salz

Zubereitung

Zwiebel klein schneiden im Schweineschmalz dünsten. Das gewürzte Fleisch zugeben und anbraten. Das Sauerkraut sowie die Kartoffel zugeben und mischen, dann die Brühe und Sahne zugeben. Alles im Topf mindestens 50-60 Minuten garen lassen. Öfters mal umrühren, damit sich nichts festsetzt. Am Schluss mit Salz und dem Tomatenketchup abschmecken.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

28.06.05 Bummerang

Schweinefleisch Szegediner Krautfleisch M

von Rudolfo

steirische Abwandlung

Zutaten für 4 Portionen

½ kg Schweinefleisch (Schweinsschulter)

3 EL Schweineschmalz

2 Zwiebel(n)

3 Zehe/n Knoblauch

750 g Sauerkraut

400 ml Rinderbrühe

2 Kartoffeln (Erdäpfel)

4 Chilischote(n), Lombok, getrocknet, fein gehackt
Paprikapulver, mild

Crème fraiche

Salz

Kümmel

Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung

Das Fleisch in gulaschgroße Stücke schneiden. Die Zwiebeln in dünne Ringe schneiden und in Schweineschmalz goldgelb dünsten. Das Fleisch dazugeben und bei Mittelhitze unter Rühren anbraten. Den Topf vom Feuer ziehen. 1 bis 2 EL Paprikapulver darüber streuen. Gut vermengen und sofort mit Suppe aufgießen, damit der Paprika nicht bitter wird. Mit Salz, Pfeffer, gemahlenem Kümmel und fein gehacktem Knoblauch würzen. Für die Hotversion, wie sie Rudolfo gerne mag, gibt man noch die gehackten Chilischoten dazu.

Das Fleisch zugedeckt eine halbe Stunde dünsten lassen. Dann erst das Sauerkraut dazugeben. Eine weitere halbe Stunde bei Mittelhitze dünsten. Knapp vor Ende der Garzeit die rohen Erdäpfel über das Kraut reiben. Gut vermengen und noch einige Minuten kochen lassen.

Knapp vor dem Servieren 2 EL Creme fraiche untermengen.

Knödel oder Erdäpfel dazureichen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

28.11.03 Muschelkoch

Schweinefleisch Szeklergulasch M

Original: Sze'kelygulya's

Zutaten für 4 Portionen

900 g Schweinefleisch

100 g Schweineschmalz

250 g Zwiebel(n)

15 g Paprikapulver

1.2 kg Sauerkraut

160 g Paprikaschote(n)

20 g Mehl

400 ml saure Sahne

Dill

Salz

Knoblauch

Kümmel

Zubereitung

Das Fleisch mit Schmalz anbraten. Dann die Zwiebeln dazu. Mit etwas Wasser auffüllen und schmoren. Ist das Fleisch halbgar, den Schmorsaft bis auf das Bratfett einschmoren, Sauerkraut, Paprika (kleingeschnitten) dazugeben, mit ca. 0,2 l Brühe oder Wasser aufgießen. Nun die Gewürze dazu. Wenn das Fleisch gar ist (hab leider keine Zeitangaben, aber mit Kosten, findet man das ja schnell heraus), das Mehl mit der sauren Sahne glatt rühren und langsam zum Gulasch geben, bis es schön sämig ist, Zum Schluss mit gehacktem Dill bestreuen.

Wir essen das sehr gern in der Familie, es bleibt selten etwas übrig.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

28.12.04 23574

Schweinelendchen mit 1 Ei M

Sellerie Kraut Auflauf

Zutaten für 4 Portionen

500 g Kartoffeln

Salz

500 g Sauerkraut

1 EL Butter

4 EL Wein, weiß

1 Knollensellerie, mittel

½ Zitrone(n), davon der Saft

1 Becher Crème fraiche

1 Ei

Pfeffer, gemahlen

Butter zum Fetten der Form

1 Schweinelende

1 Zehe/n Knoblauch

Salz

2 EL Butter

2 EL Balsamico

1 Becher Sahne

Zubereitung

Kartoffeln 8 Minuten halbgar kochen, pellen, in 1/2 cm dicke Scheiben schneiden.

Sauerkraut in Butter und Weißwein 10 Minuten dünsten. Sellerie schälen, fein raspeln, mit Zitrone beträufeln.

Ofen vorheizen auf 180°C. Flache, feuerfeste Form buttern, mit Kartoffeln belegen. Sellerieraspel unter das Sauerkraut mengen, auf Kartoffeln verteilen. Übrige Kartoffelscheiben dachziegelartig aufs Kraut schichten, salzen. Creme fraiche, Ei und Pfeffer verrühren, über den Auflauf gießen. Im Ofen (Mittelschiene) ca.30 Minuten garen.

Lende mit zerdrücktem Knoblauch und Salz einreiben. Butter aufschäumen, Fleisch anbraten. Essig zugeben. Lende bei milder Hitze 12-15 Minuten rosa braten. Herausnehmen, warm stellen. Bratensaft mit Sahne ablöschen, würzen. Fleisch aufschneiden, mit Sauerkraut-Sellerieauflauf auf vorgewärmten Tellern anrichten. Lendenscheiben mit Bratenfond beträufeln.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

15.08.02 Biene62

Schweinenacken Schmorkohl

(Plattdeutsch: Schmuerkomst)

Zutaten für 4 Portionen

500 g Schweinenacken, gewürfelt

½ Weißkohl oder Wirsing

1 Dose/n Sauerkraut

Salz und Pfeffer

4 EL Tomatenketchup

Butter

Paprikapulver

Chili

Zubereitung

Das Fleisch in Butter scharf anbraten. Kleingeschnittenen Weißkohl oder Wirsing und das Sauerkraut dazu geben. Mit den Gewürzen und Ketchup kräftig abschmecken. Das ganze im geschlossenen Topf schmoren lassen, bis der Kohl richtig weich und das Fleisch gar ist.

Dazu passen Hefeklöße, Kartoffelpüree oder auch Salzkartoffeln

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

13.01.03 Magga

Schweinenacken Ungarisches Weinsauerkraut M

Zutaten für 4 Portionen

1 Zwiebel(n)

1 Zehe/n Knoblauch

2 EL Butterschmalz

4 Scheibe/n Schweinenacken

Salz und Pfeffer

etwas Kümmel, gemahlener

etwas Paprikapulver, edelsüß

1000 g Sauerkraut

125 ml Wein, weiß

3 EL Tomatenmark

4 EL saure Sahne

125 ml Rinderbrühe

1 Bund Schnittlauch

Zwiebel und Knoblauch fein würfeln. Das Butterschmalz in einem Topf erhitzen und darin die Zwiebel und Knoblauchwürfel leicht anbräunen. Das Fleisch mit Salz, Pfeffer, Kümmel, Paprika würzen, von beiden Seiten anbraten, herausnehmen und warm stellen.

Das Sauerkraut andünsten und dann das Tomatenmark, 2 EL saure Sahne, sowie die Brühe untermischen.

Das ganze zugedeckt etwa 25 Min. garen, danach die restliche saure Sahne untermischen.

Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und unter das Sauerkraut mischen.

Das Sauerkraut anrichten und darauf jeweils eine Scheibe Fleisch legen.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

12.01.04 genovefa56

Schweinerippchen mit Sauerkrautfülle

Zutaten für 4 Portionen

1.5 kg Rippchen vom Schwein, mit Schwarte

300 g Sauerkraut

1 kleine Zwiebel(n)

1 Apfel, säuerlich

Wacholderbeeren, Lorbeerblatt, Kümmel

Salz und Pfeffer

50 g Schmalz

½ Tasse/n Wein, weiß

250 ml Fleischbrühe

1 Bund Suppengrün
etwas Wasser

Zubereitung

Das Rippenstück waschen, abtrocknen, Schwarte rautenförmig einschneiden, zum Knochenansatz hin eine Tasche schneiden, innen und außen kräftig mit Salz und Pfeffer würzen, zur Seite stellen.

Das Sauerkraut ausdrücken, die Zwiebel schälen, fein würfeln. Den Apfel grober würfeln, beides zusammen mit der Hälfte des Schmalzes anschwitzen das Sauerkraut zugeben, anlaufen lassen. Mit Wacholderbeeren, Lorbeerblatt und Kümmel würzen. Mit etwas Wasser ablöschen und 20 Minuten schmoren. Etwas abkühlen lassen, den Wein unterrühren und mit der Masse das Rippenstück füllen, zunähen. Mit der Schwarte nach unten im Bräter anbraten, mit der Brühe angießen, das Suppengrün zugeben und im vorgeheizten Rohr bei 180°C etwa 1,5 Stunden braten.

In der ersten halben Stunde das Fleisch öfter begießen, dann umdrehen (Schwarte nach oben) und gegen Ende der Bratzeit mehrmals begießen, damit es eine schöne Kruste gibt.

Vor dem Servieren das Garn entfernen.

Beilage: Salzkartoffeln, Nudeln, gemischter Salat.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten
22.01.05 midgard2kopf

Schweinerouladen mit Sauerkraut M

Zutaten für 4 Portionen

4 Roulade(n) vom Schwein oder Schinkenschnitzel

1 gr. Dose Sauerkraut

2 Zwiebel(n)

1 Paprikaschote(n), rote

15 Scheibe/n Schinkenspeck

4 TL Senf, mittelscharfer

¼ Liter Gemüsebrühe

75 ml Sahne

2 EL Essig (Weißweinessig)

Salz und Pfeffer

Zucker

Öl, zum Anbraten

Zubereitung

Fleisch waschen und trockentupfen. Sauerkraut abtropfen lassen. Zwiebeln schälen, fein würfeln. Paprika putzen, waschen und in Stücke schneiden. Schnitzel mit Senf bestreichen und mit Salz und Pfeffer würzen. 12 Speckscheiben darauf verteilen. Je 1 Esslöffel Sauerkraut auf die Rouladen geben, aufrollen und feststecken. 1 Esslöffel Öl erhitzen, Rouladen darin rundherum ca. 8 Minuten anbraten. Mit Brühe und Sahne ablöschen und zugedeckt ca. 30 Minuten schmoren lassen. Restliches Öl erhitzen, Zwiebelwürfel darin glasig dünsten. Restliches Sauerkraut und Paprika zufügen. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und Essig würzen. Mit ¼ Liter Wasser ablöschen und ca. 20 Minuten schmoren. Dazu passt Kartoffelpüree!

Brennwert p. P.: 540

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

28.06.04 Euqilegna

Schweinerouladen mit Sauerkraut Blutwurstfüllung

Zutaten für 4 Portionen

4 Roulade(n) vom Schwein

12 Scheibe/n Blutwurst oder Zungenwurst

1 kl. Dose Sauerkraut (Weinsauerkraut)

350 ml Wein, weiß, trocken

Senf, mittelscharfer

Salz und Pfeffer

Öl

evt. Zucker

Zubereitung

Die Rouladen von beiden Seiten salzen und pfeffern. Eine Seite mit dem Senf bestreichen und die Blutwurstscheiben darauf legen. Das Sauerkraut aus der Dose nehmen und auseinander zupfen, anschließend auf die Rouladen verteilen. Nun die Rouladen zusammen rollen und fest stecken. In einem Bräter Öl erhitzen und die Rouladen rund um scharf anbraten. Danach den Ofen auf "Klein" stellen, die Rouladen mit dem Weißwein ablöschen. Das ganze ca. 1 Stunde köcheln lassen, ab und zu etwas Wein nachgießen.

Die Rouladen rausnehmen, mit Bratensoße und der Bratenflüssigkeit eine Soße machen, abschmecken, falls die Soße etwas zu säuerlich ist, ggf. etwas Zucker dazu geben. Die Rouladen in die Soße legen und ca. eine 1/4 Stunde ziehen lassen.

Dazu serviere ich Spätzle.

Da man nie weiß, wie groß die Rouladen sind, können die Zubereitungszeiten natürlich unterschiedlich sein. Meine angegebenen Werte können da nur Richtwerte sein.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
26.02.04 Blirmchen

Schweineschnitzel Sauerkraut in Taschen 2 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

4 Schweineschnitzel mit Taschen
1 Becher Joghurt

2 Ei

1 EL Paprikapulver, edelsüß
Salz und Pfeffer
1 EL Petersilie
Majoran
Senf
Sauerkraut

Zubereitung

Die 4 Schnitzeltaschen mit Salz, Pfeffer und Majoran würzen und in der Pfanne kräftig von beiden Seiten anbraten. Herausnehmen, mit Sauerkraut füllen, zubinden und in eine mit Senf ausgestrichene Auflaufform legen. Soße aus Joghurt, Eiern, Petersilie und Paprika rühren und über das Fleisch gießen. Im Backofen geschlossen bei 225° 15 min backen. Dazu passen Petersilienkartoffeln.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
29.11.03 treuter

Schweineschnitzel, gefüllt

Zutaten für 4 Portionen

4 Schweineschnitzel

4 Scheibe/n Schinken, roh

1 Dose/n Sauerkraut

2 Stück Wurst (Mettwürstchen)

Salz und Pfeffer
Fett
evt. Majoran
Paprikapulver, rosenscharf

Zubereitung

Die Schnitzel waschen, trocken tupfen und vorsichtig zwischen Klarsichtfolie plattdrücken. Mit Salz und Pfeffer, Rosenpaprika von beiden Seiten würzen. Die Schnitzel mit dem Schinken belegen und dann mit dem kleingeschnittenem Sauerkraut belegen, die 2 Mettwürste teilen und auf jedes Schnitzel eine Hälfte legen.

Schön fest rollen und mit Rouladennadeln feststecken.

Das Fett im Topf auslassen und die Schnitzel von allen Seiten anbraten, mit Brühe oder Wasser ablöschen und ca. 1 Std. kochen lassen.

Nach Ende der Garzeit die Schnitzel rausnehmen und die Soße mit einem Mehl-Speisestärkegemisch binden.

Den Rest vom Sauerkraut kann man als Beilage dazu machen.

Bei uns gibt es Kartoffelbrei dazu, gut gewürzt mit Macis oder Muskat.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 30 Minuten

06.05.02 ellebelle01

Schweinshaxe auf Sauerkraut

4 Personen

4 Schweinshaxen

(Eisbein, à ca. 600 g)

Salz

Pfeffer

1 Dose Sauerkraut (770 g Abtr. gew.)

4 Wacholderbeeren

2 Lorbeerblätter

Salz

Pfeffer

Zucker

3 Zwiebeln (150 g)

1/4 l Apfelsaft

40 g Butterschmalz

Haxen waschen, trocken tupfen. Schwarte jeweils kreuzweise einschneiden. Rundherum würzen. Sauerkraut Gewürzzutaten, Zwiebelwürfel, Apfelsaft und Fett in Flöckchen in einen Schmortopf geben. Schweinshaxen darauf geben. Abgedeckt bei 225 Grad ca. 1 1/2 Stunden garen. Haxen herausnehmen und auf dem Rost ca. 30 Minuten weiterbraten. Zwischendurch einmal wenden. Sauerkraut abschmecken, warm stellen.

Dazu: Petersilienkartoffeln.

Pro Person ca. 990 kcal (4160 kJ) Zubereitungszeit: ca. 2 Stunden

Schweinshaxe mit Sauerkraut oder Erbsmus

gepökelt Eisbein

Zutaten für 4 Portionen

1 **Schweinshaxe**(n), Surhaxe (Eisbein , gepökelt)

800 g Sauerkraut

1 m.-große Zwiebel(n)

1 Apfel, säuerlich

2 Lorbeerblatt

6 Wacholderbeeren

1 TL Kümmel

500 g Erbsen (grüne und/oder gelbe Schälerbsen)

1 Liter Wasser

Salz

Bohnenkraut

Pfeffer

Basilikum

1 Liter Gemüsebrühe

2 Karotte(n)

1 Petersilie, Wurzel

Lauch

2 EL Schmalz

1 Kartoffeln

Zubereitung

Die Surhaxe etwa eine Stunde wässern, in reichlich 1 Liter Gemüsebrühe 1 Stunde garen, dann das Wurzelwerk zufügen und vollends fertig garen, aus der Brühe nehmen, warm stellen.

mit Sauerkraut:

Die Zwiebel in Schmalz goldgelb anlaufen lassen, das ausgedrückte Sauerkraut zugeben, mit 250 ml Fleischbrühe ablöschen, die Gewürze und den Apfel zugeben und auf kleiner Flamme ca. 20 Minuten garen. Nach Geschmack mit einer roh geriebenen Kartoffel binden.

Die Haxe in Portionsstücke teilen, mit dem Wurzelwerk garnieren. Das Sauerkraut extra reichen.

Beilage: Salzkartoffeln, Semmelknödel

mit Erbsmus:

Die Erbsen in 1 Liter Wasser über Nacht einweichen, am nächsten Tag im Einweichwasser gar kochen, stampfen oder pürieren und mit Salz (erst jetzt!), Pfeffer, etwas Bohnenkraut und Basilikum abschmecken.

Beilage: Salzkartoffeln, (gekochte) Kartoffelknödel

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

08.11.04 midgard2kopf

Schweinshaxe Sauerkrautpizza 1 Ei + 4 Eigelb M

Zutaten für 8 Portionen

1 Schweinshaxe(n)

1 Bund Suppengrün

2 Stange/n Staudensellerie, mit Grün

1 Zwiebel(n)

3 Zehe/n Knoblauch

1 EL Wacholderbeeren

1 EL Kümmel

10 Körner Pfeffer, weiß

Salz

Für den Hefeteig:

500 g Mehl

1 Würfel Hefe

1 Ei

40 ml Olivenöl

Salz

Öl für das Backblech

Mehl, zum Bearbeiten

Für den Belag:

300 g Sauerkraut

60 g Schalotte(n)

40 g Butterschmalz

2 Lorbeerblätter

Salz

Pfeffer

200 ml Wein, weiß

2 Zwiebel(n) (Gemüsezwiebeln)

2 Zehe/n Knoblauch

60 g Meerrettich, frisch

½ Bund Thymian

2 EL Senf

5 Stiele Petersilie, glatt

200 ml Schlagsahne

4 Eigelb

150 g Bergkäse, gerieben

Zubereitung

Schweinhaxe in der Brühe garen und in Würfel schneiden. Hefeteig bereiten und auf dem geölten Backblech ausrollen. Sauerkraut mit Schalotten in Butterschmalz andünsten, mit Lorbeerblättern, Salz, Pfeffer und Weißwein garen. Gemüsezwiebeln mit Knoblauch andünsten und mit Meerrettich, Thymian und Senf würzen. Sahne mit Eigelben glatt rühren und die Petersilie unterrühren. Zwiebelmischung auf dem Hefeteig verstreichen und das Sauerkraut darüber verteilen. Die gewürfelte Schweinhaxe draufgeben und mit der Eiersahne übergießen. Mit Käse bestreut ca. 15-20 Minuten im vorgeheizten Ofen backen.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

18.04.05 Garfield

Selchfleischknödeln mit Sauerkraut,

Waldviertler , einfach gemacht

Zutaten für 6 Portionen

250 g Kartoffelmehl

1 Pck. Kartoffelpüreepulver

1 TL Salz

500 ml Wasser

250 g Fleisch (Selchfleisch)

250 g Sauerkraut

1 TL Kümmel

Knoblauch oder Knoblauchpulver

Salz und Pfeffer

wenig Wasser

Saucenbinder oder Mehlschwitze

Zubereitung

Geselchtes fein würfeln, nach Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen und daraus 6 Kugeln formen.

Stärkemehl, Kartoffelpüreepulver und Salz mischen. Wasser zugeben und alles gut durchkneten. Kurz ziehen lassen, bis die Masse etwas fester wird.

Mit feuchten Händen aus der Masse 6 Kugeln formen. Diese flachdrücken, die Selchfleischkugeln draufsetzen, mit Teig umhüllen und fest zusammendrücken. Knödel nun in reichlich siedendem Salzwasser kochen, bis die Knödel schwimmen (nach ca. 20 Minuten).

Inzwischen das Sauerkraut mit dem Kümmel in wenig Wasser dünsten. Mit etwas Knoblauch würzen und mit einer Mehlschwitze oder mit Saucenbinder binden.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten
17.03.05 grundl

Speck Champagner Kraut

Zutaten für 4 Portionen

1 kg Sauerkraut
250 ml Wein, Spätlese, weiß
125 ml Sekt, trocken
1 EL Zucker

200 g Speck vom Bauch oder Bacon

1 Zwiebel(n)

50 g Butter

Kümmel
Wacholderbeeren
2 Lorbeerblätter

Zubereitung

Das Kraut waschen und abtropfen lassen. Den Bauchspeck klein schneiden. 50 Gramm Butter im Topf schmelzen, die klein gehackte Zwiebel glasig werden lassen, die Speckwürfel dazu geben und sanft anbräunen lassen. Das Kraut dazu geben, mit dem Weißwein aufgießen, Zucker, 2 Lorbeerblätter, einen halben Teelöffel Kümmel und 5-7 Wacholderbeeren dazugeben. Mit Weißwein aufgießen, bis das Kraut knapp bedeckt ist. Bei kleiner Hitze eineinhalb Stunden köcheln lassen, evtl. etwas Weißwein nachgießen. Nach eineinhalb Stunden mit offenem Deckel das Kraut ca. 10 Minuten einkochen lassen, mit Sekt aufgießen, wieder aufkochen lassen, bis der Sekt abschäumt. Mit kleinen Stückchen eiskalter Butter binden und nur ganz vorsichtig salzen.

Dieses Sauerkraut kann am Ende auch noch mit entkernten Weintrauben verfeinert werden, dann passt es auch gut als Beilage zu Fasan.

Zubereitungszeit: ca. 2 Std.
17.05.01 Ingrid_R

Speck Elsässer Krautnudeln

Zutaten für 4 Portionen
300 g Bandnudeln, breite

150 g Speck, durchwachsen (in Scheiben)

80 g Zwiebel(n)

1 Dose/n Sauerkraut (Weinsauerkraut, 300 g EW)

1 Zehe/n Knoblauch

1 Bund Petersilie

3 Zweig/e Thymian

1 TL Kümmel

1 EL Öl

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Nudeln kochen. Speck fein würfeln, Zwiebeln halbieren und in feine Streifen schneiden. Sauerkraut gut ausdrücken, Knoblauch, Petersilie und Thymian hacken. Speck und Zwiebeln 6 Min. braten. Kraut, Kümmel, Knoblauch und Thymian dazugeben und nochmals 8 Min. braten. Warm stellen. Das Öl in eine Pfanne geben und die Nudeln darin bei mittlerer Hitze 8 Min. braten. Kraut und Nudeln mischen, Petersilie unterheben, salzen und pfeffern.

Brennwert p. P.: 556

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

20.09.02 Gilla

Speck Gebackene Kraut Palatschinken Ei

Zutaten für 8 Portionen

Für die Füllung:

750 g Sauerkraut, frisches

1 Zwiebel(n)

150 g Speck (Hamburgerspeck)

Salz

Kümmel

Pfeffer

Mehl

Ei

Semmelbrösel, zum Panieren

Zubereitung

Außerdem 8 fertige Palatschinken.

Kraut mit Salz, Pfeffer, Kümmel und wenig Wasser weich dünsten. Vom Feuer nehmen und auf einem Sieb gut abtropfen lassen. Zwiebel kleinwürfelig schneiden, Speck würfeln. Zwiebel und Speck in wenig Öl anschwitzen, Kraut dazugeben und ca. 10 Minuten rösten. Palatschinken auflegen, mit Kraut belegen und einrollen. Mit Mehl, Eiern und Bröseln panieren und in heißem Öl goldgelb backen. Mit grünem Salat servieren.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten
30.08.02 Backtrude

Speck gefüllte Laugenstangen 1 Ei M

Zutaten für 14 Portionen

150 g Speck, durchwachsen, 7 Laugenstangen (a 70 g)
100 g Zwiebel(n)
150 g Sauerkraut
2 Stiel/e Liebstöckel

300 g Mett

1 große Ei

80 g Käse (Emmentaler)

1 EL Kümmel, ganz
1 Bund Schnittlauch
Muskat, gerieben
Pfeffer, schwarz, a.d. Mühle

Zubereitung

Die Zwiebeln abziehen und fein würfeln. Den Speck ebenfalls fein würfeln. Das Sauerkraut auf einem Sieb gut abtropfen lassen, ausdrücken und dann fein hacken.

Emmentaler reiben. Liebstöckel abbrausen, trocken tupfen und auch fein hacken.

Speckwürfel in einer Pfanne ohne weiteres Fett knusprig auslassen. Zwiebelwürfel und Sauerkraut darin andünsten, dann Liebstöckel untermischen und erkalten lassen.

Laugenstangen waagrecht halbieren, eventuell vorhandenes grobes Salz abreiben. Das Innere bis auf einen 1/2 cm Rand herauslösen. 25 g davon in der Küchenmaschine fein zerkrümeln.

Speckmischung mit Ei, Mett, Pfeffer, Krumen und Muskat verkneten und gleichmäßig in die ausgehöhlten Laugenstangenhälften verteilen.

Laugenstangen nebeneinander auf eine Backblech setzten, dann zuerst den Emmentaler, dann den Kümmel darüber streuen.

Laugenstangen im vorgeheizten Backofen auf der 2. Leiste von oben bei 200 Grad etwa 10 Minuten backen. In der Zwischenzeit den Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in Röllchen schneiden. Schnittlauchröllchen nach dem Backen auf die Laugenstangen streuen. Laugenstangen warm servieren. Ein kühles Bier dazu reichen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
31.03.04 Dörte

Speck Grünwalder Ritterzipfel 3 Eigelb M
aus Grünwald im Isartal

Zutaten für 1 Portionen
1 kg Kartoffeln

250 g Speck, magerer Räucherspeck
2 Zwiebel(n)
250 g Sauerkraut, gehacktes, rohes

3 m.-große Eigelb

2 EL saure Sahne
2 EL Petersilie, fein gehackte
Salz und Pfeffer
50 g Kartoffelmehl
30 g Schweineschmalz
Muskat

Zubereitung

Kartoffeln schälen, kochen, gut abtropfen lassen und durch eine Kartoffelpresse drücken. Speck und Zwiebeln in kleine Würfel schneiden, in einer Bratpfanne anbraten und abkühlen lassen. Dann mit Sauerkraut, Eigelb, saurer Sahne, Petersilie und dem Kartoffelbrei vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat kräftig würzen.

Kartoffelmehl auf dem Tisch ausstäuben und aus dem zubereiteten, möglichst heißen Brei fingergroße Würstchen rollen. Abkühlen lassen und dann im heißen Schweineschmalz knusprig braun ausbacken. Dazu passt ein kühles Bier oder ein trockener Weißwein.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten
22.01.05 simply

Speck Italienischer Suppeneintopf

Zutaten für 4 Portionen

200 g Speck, durchwachsener

2 große Zwiebel(n)

400 g Schweinefleisch

2 EL Öl

1 kl. Dose/n Sauerkraut

1 Liter Fleischbrühe

1 Dose/n Tomatenmark

4 Paprikaschote(n)

Salz und Pfeffer

Paprikapulver

Zubereitung

Speck, Zwiebeln und Schweinefleisch klein würfeln und in dem Öl anbraten. Sauerkraut, Brühe und Tomatenmark dazugeben und alles bei geringer Hitze ca. 1 Std. kochen lassen. Paprika in Stücke schneiden und 10 min vor Ende dazugeben, mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

11.05.05 Skymoon

Speck Kaiserklöße 3 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

5 Brötchen (Weck)

3 Ei

150 g Speck, geräuchert

1 Zwiebel(n)

50 g Butter

2 EL Petersilie

150 g Sauerkraut

100 g Käse (Emmentaler), gerieben

Salz

Muskat

Zubereitung

5 Weck in Scheiben geschnitten trocknen lassen.
Speck und kleingeschnittenen Zwiebeln in 50 gr. Butter glasig dünsten.
Zum Schluss die Petersilie etwas mitdünsten lassen.
Aus den Weck (Brötchen), Speck, Zwiebel, Petersilie, Eier, Sauerkraut und Emmentaler, Muskat und evtl. noch Salz einen Teig zubereiten und daraus Klöße formen.
Die Klöße im Dampf (Schnellkochtopf oder normaler Topf) in 6-7 Min. garen.
Schmecken gut zu Braten und anderen Fleischgerichten.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten
13.05.03 Hertweckpet

Speck Käsekrautspeckspatzen M

Zutaten für 2 Portionen
500 g Spätzle, (selbstgemacht oder aus dem Kühlregal)

100 g Speck

1 kl. Dose Sauerkraut

100 g Käse (Emmentaler), gerieben

Zubereitung

Den Speck in einer großen beschichteten Pfanne anbraten. Die Spätzle zugeben und auch leicht anbraten. Das Sauerkraut zerrupfen, unter die Spätzle geben und heiß werden lassen. Zum Schluss noch den Käse darunter mischen und schmelzen lassen.
Dazu passt sehr gut Weißwein!

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten
13.07.05 sefferl03

Speck Krautschupfnudeln 1 Ei

Zutaten für 4 Portionen

1 Dose/n Sauerkraut

50 g Speck (Menge ist geraten, ich mach's immer ohne; s.u.!)

1 Zwiebel(n)

500 g Kartoffeln (am Vortag gekocht, dann am nächsten Tag gepellt und gepresst)

150 g Mehl

1 Ei

4 EL Öl oder Wasser bei Bedarf

Salz

Butter, zum Anbraten

Muskat

Kümmel

Zubereitung

Aus Kartoffeln, Mehl, Ei und Flüssigkeit (wenn nötig, je nach Art der Kartoffeln) einen Nudelteig herstellen. Zu "Würsten" ausrollen und ca.5cm lange Schupfnudeln formen.

In kochendem Wasser ziehen lassen, bis sie oben schwimmen.

Speck auslassen; ich nehme nie Speck (macht sich schlecht als Vegetarier), sondern schmelze ca.2 EL Butter in der Pfanne. Entweder in der Butter oder im Speckfett die Zwiebel glasig dünsten, Kraut und etwas Wasser zugeben und weich dünsten, je nach Geschmack etwas Kümmel dazu (für die Bekömmlichkeit :o).

Schupfnudeln zugeben und gut vermengen, würzen, ca.5 min. weiterbraten.

Geht übrigens auch prima mit fertigen Schupfnudeln, wenn's mal schnell gehen muss.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

27.11.04 Mausejulchen

Speck Krautsemmel

Zutaten für 6 Portionen

250 g Speck (Bauchspeck), geräuchert

250 g Sauerkraut

1 Zwiebel(n), fein gehackt

170 ml Wasser

4 EL Öl

1 TL Zucker

40 g Hefe

1 Prise Salz

500 g Mehl

Zubereitung

Einen Hefeteig herstellen und gehen lassen. In der Zwischenzeit (oder auch davor) das kleingeschnittene Bauchspeck die Zwiebel und das Sauerkraut kurz anbraten und dann wieder auskühlen lassen. Dann den Hefeteig mit allen Zutaten gut mischen und nochmals gehen lassen. Dann Semmel (Brötchen) formen und mit 200 Grad ca. 30 Min. backen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
18.04.03 Laxmy

Speck Rahmsuppe aus Sauerkraut M

Zutaten für 5 Portionen
500 g Sauerkraut, fertig gekocht
500 ml Rinderbrühe oder Gemüsebrühe

250 ml Sahne
150 g Apfelmus

150 g Crème fraîche
50 g Speck, geräuchert, in Würfeln
50 g Zwiebel(n), in Würfeln
Wein, weiß

Zubereitung

Zwiebel und Speck in etwas Butter andünsten, das Sauerkraut dazugeben und anrösten, dabei etwas Farbe nehmen lassen (wegen des Geschmacks). Mit Weißwein ablöschen. Die Brühe und die Sahne dazugeben und alles ca. 1 Stunde köcheln lassen.

Nun in den Mixer geben, fein pürieren und durch ein Sieb passieren. Mit Apfelmus und der Creme fraîche abrunden. Würzen mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss.

Als Einlage können kleine Kartoffelklößchen (aus Knödelteig), Räucherfisch oder gebratene Garnelen verwendet werden.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten
09.06.05 pebbles4

Speck Salzburger Krautspatzen 1 Ei M

Originalrezept

Zutaten für 6 Portionen
500 g Mehl, glatt
100 g Fett

1 Ei

250 ml Milch

etwas Salz
750 g Sauerkraut
Speck, nach Geschmack
Schnittlauch zum Bestreuen
Salz und Pfeffer

Zubereitung

Für den Nockerlteig das Ei mit der Milch versprudeln und das Mehl einrühren. Die lauwarme, zerlassene Butter einarbeiten und den Teig gut abrühren. Mit zwei Kaffeelöffeln kleine Nockerln formen und diese ca. 5 Min. in Salzwasser kochen.

Das Sauerkraut mit Fett aufdünsten, mit ein wenig Wasser aufgießen und weiterdünsten, bis das Wasser verdunstet ist. Dann die Nockerln und den gerösteten Speck dazugeben.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken und zum Schluss gehackten Schnittlauch darüber streuen.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

06.02.03 Traude

Speck Sauerkraut Apfel Auflauf

Zutaten für 4 Portionen

350 g Speck (Bauchspeck)

3 Zwiebel(n)

1 EL Öl

1 Dose/n Sauerkraut, (810g)

2 Lorbeerblätter

1 TL Wacholderbeeren

125 ml Wein, weiß

Pfeffer

Salz

1 kg Kartoffeln

3 Äpfel, säuerlich

Schnittlauch

Zubereitung

Bauchspeck in Streifen schneiden. Zwiebeln schälen und würfeln. Speck im Öl ausbraten, die Zwiebeln dazu geben und glasig dünsten.

Sauerkraut, Lorbeerblätter, Wacholderbeeren und Wein zugeben, kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und zugedeckt 20 Minuten garen.

Die Kartoffeln schälen, waschen, in etwa 0,5 cm breite Scheiben schneiden und in Salzwasser ca. 5 Minuten vorkochen und wieder aus dem Wasser nehmen.

Die Äpfel schälen, Kerngehäuse ausstechen und das Fruchtfleisch quer in nicht zu dicke Scheiben schneiden.

Sauerkraut, Kartoffel und Äpfel schichtweise in eine gefettete Auflaufform füllen.

Im vorgeheizten Backofen bei 200° C ca. 20 - 25 Minuten backen.

Schnittlauch in Röllchen schneiden und über den Auflauf streuen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

10.07.03 Versenkfix

Speck Sauerkraut Kartoffel Ragout

Zutaten für 4 Portionen

200 g Zwiebel(n), fein geschnitten

200 g Speck, geräuchert, gewürfelt

500 g Sauerkraut

½ Liter Wein, weiß

½ Liter Wasser

2 Lorbeerblätter

10 Wacholderbeeren

500 g Kartoffeln, geschält

100 g Butter

Zubereitung

Speck und Zwiebeln anbraten, Sauerkraut zufügen, mit Wasser und Wein aufgießen, Lorbeerblätter und Wacholderbeeren zugeben.

Kartoffeln kochen und ins gare Sauerkraut einstampfen. Butter bräunen und unterrühren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

09.08.02 Biene62

Speck Sauerkraut Kartoffel Schiffe M

Zutaten für 2 Portionen

4 große Kartoffeln, festkochende

1 kl. Dose Sauerkraut

1 Prise Muskat

1 Becher saure Sahne

Salz und Pfeffer, nach Geschmack

50 g Speck, durchwachsenen

½ Zwiebel(n)

4 Scheibe/n Käse, (Butterkäse oder ähnlich gut schmelzender Käse)

Zubereitung

Kartoffeln schälen und mit einem Melonenausstecher aushöhlen, so dass Schiffe entstehen, Boden und Seiten sollten noch gut einen halben Zentimeter dick sein. Den Rand dabei möglichst hoch stehen lassen. Die Schiffe in Salzwasser ca. 5 Minuten leicht köcheln lassen, damit sie vorgaren. Derweil die Zwiebel und den Speck in kleine Stücke schneiden und in einer Pfanne gut anbraten. Die Kartoffeln mit einer Schaumkelle aus dem Wasser nehmen und etwas abkühlen lassen (brechen sonst eventuell). Das Sauerkraut gut abtropfen lassen, eventuell ausdrücken und zusammen mit der sauren Sahne, Muskat, Salz und Pfeffer verrühren und abschmecken. Die Zwiebeln und den Speck unterrühren. 2 Scheiben Käse in kleine Stücken scheiden und ebenfalls unterrühren. Die entstandene Masse in die Kartoffeln füllen und gut reindrücken. Dann die gefüllten Kartoffeln bei 200°C in den Backofen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech setzen. Ca. 25 Minuten drin lassen. Mit einem Pieker testen, ob die Kartoffeln weich sind. Zum Schluss je eine halbe Scheibe Käse auf die Kartoffeln legen und im Backofen schmelzen lassen. Wer es mag, kann die Kartoffelstücke vom aushöhlen als Bratkartoffeln dazu servieren oder das Essen vom nächsten Tag damit sichern. Dazu passt gut herzhaftes Fleisch wie Kassler.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

19.03.05 melia_p

Speck Sauerkraut Knödelrolle 2 Ei + 1 Eiweiß M

Zutaten für 10 Portionen

300 g Semmeln, gewürfelt

200 ml Milch

1 EL Butter

1 Zwiebel(n), gewürfelt

2 EL Speck, gewürfelter

1 Bund Petersilie

2 Ei

1 Eiklar

Salz und Pfeffer, aus der Mühle
150 g Sauerkraut

Zubereitung

Die Semmelwürfel mit warmer Milch begießen. Sauerkraut ausdrücken und fein schneiden. Butter erhitzen, Zwiebel darin glasig dünsten. Speck beifügen und auch glasig werden lassen. Petersilie fein hacken und mit den Eiern unter die Semmelwürfel rühren, mit Salz und Pfeffer würzen, die Speck-Zwiebelmischung und das Sauerkraut unterrühren, zuletzt das Eiklar mit einer Prise Salz steif schlagen und unter die Knödelmasse heben. Eine Rolle formen, in eine Serviette drehen, an den Enden zubinden und im Salzwasser ca. 45 Min. köcheln lassen.
Schmeckt gut mit grünem Salat

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
29.01.04 genovefa56

Speck Sauerkrautauflauf M

Zutaten:

150 g Durchwachsener Speck, gewürfelt
250 g Zwiebeln, gewürfelt
1 kg Kartoffeln, geschält und gewürfelt

50 g Schweineschmalz

800 g Frisches Sauerkraut

2 Kochwürste

500 g Säuerliche Äpfeln, geschält und in Spalten geschnitten
1 El Brauner Zucker

300 g Rahm

Salz

Pfeffer aus der Mühle

Majoran

Kümmel

6 Lorbeerblätter

Speck, Zwiebeln und Kartoffeln im Schmalz anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, 20 Minuten schmoren lassen.

Die Hälfte davon in eine Auflaufform füllen. Die Hälfte des Sauerkrautes darüber verteilen, mit Majoran, Kümmel und Lorbeerblätter belegen.

Würste in Scheiben schneiden, dazugeben. Restliche Kartoffeln und restliches Sauerkraut darüber verteilen. Äpfelspalten drauf legen, mit Zucker bestreuen, die Hälfte der Rahm darüber verteilen.

Im auf 225 Grad vorgeheizten Ofen während 30 Minuten zugedeckt garen, weitere 15 Minuten offen.
Mit dem restlichen Rahm servieren.

Speck Sauerkrautfrikadellen 1 Ei

Zutaten für 2 Portionen
250 g Kartoffeln
100 g Sauerkraut, (frisch)

20 g Speck, durchwachsen

1 kleine Zwiebel(n)
1 TL Öl
90 ml Wein, weiß
1 Lorbeerblätter, klein
½ TL Kümmel
1 TL Zucker

1 Ei

15 g Speisestärke
Salz und Pfeffer
Mehl, zum Bearbeiten

1 TL Schmalz (Gänseschmalz)

Zubereitung

Kartoffeln in der Schale kochen. Sauerkraut in einem Tuch leicht ausdrücken. Speck fein würfeln. Zwiebel pellen und fein würfeln. Speck im Öl anbraten, erst Zwiebeln, dann Sauerkraut dazugeben, mit Wein, Lorbeer, Kümmel und Zucker bei milder Hitze kochen, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Kartoffeln pellen, trocken dämpfen und durch eine Kartoffelpresse zum Kraut geben. Mit Ei und Speisestärke verkneten, salzen und pfeffern. Mit bemehlten Händen 4 Frikadellen formen und im Gänseschmalz auf jeder Seite 6 Minuten braten. Dazu passt Quarkdipp mit Paprika.

Brennwert p. P.: 369

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten
05.01.03 Galimero

Speck Sauerkrautpuffer 1 Ei M

Zutaten für 4 Portionen
1 Dose/n Sauerkraut

1 Zwiebel(n)

1 Ei

½ Liter Sahne

4 TL Zucker

2 EL Brühe

Salz

1 Tasse/n Speck, gewürfelt

150 g Mehl

Paprikapulver, edelsüß

Zubereitung

Das Sauerkraut in einen Topf geben, Zucker und Brühe hinzufügen, und 20 Minuten köcheln lassen, bis sich der Zucker auflöst. Zwiebel und Speckwürfel (Vegetarier können Küchenkräuter hinzufügen) anbraten. Sahne in einer Schüssel etwas anschlagen, rohes Ei, Zwiebel und Speck dazugeben. Das Mehl in die Schüssel sieben und das ganze zu einer Masse rühren. Vorsichtig das warme Sauerkraut unterheben. Mit rotem Paprika, (edelsüß) und Salz abschmecken. Öl in einer Pfanne erhitzen und wie Puffer braten.

Dazu schmeckt Creme Fraiche oder Kräuterquark.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

14.01.02 catha

Speck Sauerkrautsalat mit Äpfeln

Zutaten für 2 Portionen

300 g Sauerkraut

2 kleine Äpfel, rote

2 EL Öl (Nussöl)

2 EL Öl (Olivenöl)

Salz

Pfeffer, aus der Mühle

Zucker

4 EL Essig (Apfelessig)

60 g Speck (Frühstücksspeck)

1 Bund Schnittlauch

2 EL Gemüsebrühe

4 Walnüsse, halbiert

Zubereitung

Das Sauerkraut klein schneiden und leicht erwärmen. Äpfel waschen, entkernen und in Streifen schneiden. Aus Nussöl, Olivenöl, Apfelessig, Salz, Pfeffer aus der Mühle und dem Zucker eine Marinade rühren. Die Apfelstreifen unter das Sauerkraut mengen, mit der Marinade übergießen, gut durchmischen und etwa 1/2 Stunde ziehen lassen. In der Zwischenzeit den Frühstücksspeck in kleine Würfel schneiden und in wenig Gemüsebrühe andünsten. Den Schnittlauch waschen, trocken schleudern und in Röllchen schneiden. Frühstücksspeck und die Schnittlauchröllchen unter den Sauerkrautsalat heben, nochmals abschmecken und anrichten. Den Salat mit je 4 Walnusshälften garnieren. Dazu passt helles Landbrot.

Brennwert p. P.: 480

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

22.02.03 Sonja*

Speck Schwäbische Gnocchi

Zutaten für 3 Portionen

1 Pck. Gnocchi

1 Pck. Sauerkraut

200 g Speck (Bauchspeck)

1 Zwiebel(n)

Salz

Pfeffer

Gemüsebrühe

Zubereitung

Bauchspeck und Zwiebeln würfeln, in Öl anbraten. Sauerkraut hinzufügen. Mit Salz und gemahlenem Pfeffer würzen. Mit einer Tasse Gemüsebrühe ablöschen und köcheln lassen, bis fast keine Flüssigkeit mehr in der Pfanne ist. In der Zwischenzeit Gnocchi in Salzwasser gar kochen, bis diese an der Wasseroberfläche schwimmen (nicht zu weich kochen). Wasser abschütten und Gnocchi unter die Sauerkrautmischung heben. Gegebenenfalls mit Salz und Pfeffer nachwürzen.

Dieses Rezept geht extrem schnell, vor allem wenn man bereits gewürfelten Bauchspeck und vorgekochte Gnocchi aus dem Kühlregal nimmt. Auch die Zwiebel kann man weglassen, da der Bauchspeck dem Gericht sehr viel Würze gibt. Statt der Gnocchi kann man natürlich auch die altbewährten Schupfnudeln nehmen. Diese dann einfach mit dem Bauchspeck und den Zwiebelwürfeln goldbraun braten und dann das Sauerkraut hinzufügen und würzen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten
10.03.04 yummy-yummy

Speck Tomatisiertes Rieslingskraut

Zutaten für 4 Portionen

½ kg Sauerkraut

1 Zwiebel(n)

40 g Speck, durchwachsen

1 EL Tomatenmark

3 Tomate(n)

250 ml Wein (Riesling)

Salz (Pfefferkörner)

Petersilie, grob gehackt

Zucker

Zubereitung

Zwiebel und Speck klein schneiden, in Fett angehen lassen, Kraut, Salz, Pfefferkörner dazugeben, mit etwas Wasser aufgießen und dauerkochen lassen. Tomaten kreuzweise einschneiden, in kochendem Wasser blanchieren, schälen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Tomatenmark, Zucker und Wein zum Kraut geben, Tomatenwürfel unterheben, kurz aufkochen und abschmecken.

Zum Schluss mit etwas Petersilie bestreuen.

Eine andere Variante, Kraut zu geniessen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
27.11.01 aaro

Speck Ungarisches Sauerkraut

Zutaten für 4 Portionen

2 Zwiebel(n)

3 Zehe/n Knoblauch

1 Paprikaschote(n), grüne

2 EL Öl

1 EL Paprikapulver, edelsüß

1 Dose/n Sauerkraut

250 g Speck, geräuchert, durchwachsen

250 ml Hühnerbrühe

etwas Kümmel

Zubereitung

Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen. Die Zwiebeln in Würfel schneiden, die Knoblauchzehen zerquetschen. Die Paprikaschote halbieren, entkernen, waschen und in Würfel schneiden. Das Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebelwürfel darin gelb dünsten. Knoblauch, Paprikawürfel und -pulver, Sauerkraut, Speck, Brühe und den Kümmel dazugeben, zudecken und auf schwacher Hitze etwa 40 Min kochen. Dann den Speck in Scheiben schneiden. Dazu Brot, Kartoffelpüree oder Salzkartoffeln.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

11.07.02 stefan59

Speck, Bulgarische Sauerkrautsuppe M

Zutaten für 4 Portionen

50 g Speck, mager

2 kleine Zwiebel(n)

200 g Schweineschnitzel

8 EL Sauerkraut

4 Kartoffeln

1 Liter Brühe

Salz

Majoran

Paprika, edelsüß

4 EL Sahne, saure

Zubereitung

Speckwürfel glasig braten. Zwiebelwürfel dünsten. Fleisch würfeln, Kartoffeln würfeln. Fleisch, Sauerkraut, Kartoffeln, Brühe, Gewürze sowie Paprika in den Topf geben. Alles zum Kochen bringen und ca. 30 Min. kochen lassen. Nochmals abschmecken.

Je nach Geschmack saure Sahne auf den Teller geben. Suppe darüber geben.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

09.04.01 Miguan

Speckknödel mit Rahmsauerkraut 2 Ei M

steirisch

Zutaten für 4 Portionen
300 g Semmeln, gewürfelt

250 g Speck (Hamburgerspeck)

1 m.-große Zwiebel(n)
1 Bund Petersilie

2 Ei

2 EL Mehl

125 ml Milch

Öl
Salz
Pfeffer, aus der Mühle
¾ kg Sauerkraut
2 EL Schmalz
1 Zwiebel(n)
200 ml Suppe
1 Lorbeerblätter
½ TL Pfeffer - Körner
5 Wacholderbeeren

1 Becher Crème fraîche

Kümmel

Zubereitung

Die Zwiebel hacken, den Speck in kleine Würfel schneiden. Beides in etwas Öl an rösten. Eier, Milch, Salz und Pfeffer verrühren. Mit Speck, Zwiebel und gehackter Petersilie über die Semmelwürfel gießen. Mischen. Eine halbe Stunde rasten lassen.

Mit etwas Mehl festigen. Knödel formen und in Salzwasser etwa eine Viertelstunde ziehen lassen.

Für das Kraut die Zwiebel fein hacken und in Schmalz anrösten. Das Sauerkraut und die Gewürze dazugeben. Mit Suppe aufgießen. Bei milder Hitze eine halbe Stunde kochen lassen. Das Lorbeerblatt und die Pfefferkörner entfernen.

Die Creme fraîche einrühren. Offen weitere zehn Minuten kochen lassen. Mit den Knödeln servieren.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

30.11.03 Muschelkoch

Szegedinger Gulasch mit Äpfeln M

Zutaten für 4 Portionen

400 g Gulasch vom Schwein

500 g Sauerkraut
1 Zwiebel(n)
2 Äpfel
1 Glas Wein, weiß
¼ Liter Fleischbrühe
Salz und Pfeffer

1 Becher saure Sahne

Paprikapulver, edelsüß
Zucker

Zubereitung

Schweinegulasch in heißem Fett anbraten. Zwiebel würfeln und etwas mitbraten lassen. Äpfel in kleine Würfel schneiden und dazugeben, dann Sauerkraut dazu. Mit Brühe und Weißwein ablöschen. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und Paprikapulver kräftig würzen. Circa 1 1/2 Stunden kochen lassen, wenn nötig noch etwas Flüssigkeit zugeben. Zum Schluss den Becher saure Sahne unterrühren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
23.07.03 Claudi2

Wurst Gemischter Krautkopf M

Zutaten für 4 Portionen
200 g Bohnen, weiße, gekocht
300 g Sauerkraut

120 g Speck

250 g Wurst, geräuchert

1 Zwiebel(n)
1 EL Tomatenmark
Lorbeerblätter
Paprikapulver

125 ml Sauerrahm

Thymian
Salz

Zubereitung

Den gewürfelten Speck anrösten, die feingeschnittene Zwiebel dazugeben und kurz mitrösten. Paprika und gleich anschließend das Tomatenmark

einrühren. Das Sauerkraut dazugeben, würzen und weich dünsten. Die geschnittene Wurst und die Bohnen einrühren, aufkochen lassen und mit Sauerrahm binden.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

08.07.02 Angel8854

Wurst Hessische Schlachtplatte

Zutaten für 4 Portionen

1 kg Sauerkraut

1 kleines Eisbein, gepökelt

4 Scheibe/n Fleisch (Bauchfleisch)

4 kleine Leberwurst, frisch

4 kleine Blut - Wurst, frisch

4 kleine Bratwurst

1 EL Fett

1 TL Wacholderbeeren

3 Lorbeerblätter

1 Zwiebel(n), gewürfelt

1 Liter Wurstbrühe (beim Metzger vorbestellen)

350 g Erbsen, geschält

2 EL Schmalz

2 EL Öl

Salz

Pfeffer

Muskat

Zwiebel(n), in Ringen, ausgebraten

4 Scheibe/n Graubrot

Zubereitung

Die Zwiebel im Fett kurz andünsten. Sauerkraut, Lorbeerblätter und Wacholderbeeren zugeben. Mit Weißwein auffüllen. Zugedeckt schmoren lassen. Das Bauchfleisch und das Eisbein in der Wurstsuppe kochen und zum Schluss die Blut- und Leberwürstchen zugeben. Die Bratwürstchen braten. Dann das Sauerkraut auf Tellern anrichten, Eisbein vom Knochen lösen und mit dem restlichen Fleisch und den Würstchen belegen.

Die Erbsen aufsetzen (Vorsicht, kochen leicht über) und zugedeckt bei schwacher Hitze 1 bis 1 1/4 Stunden garen, bis sie zerfallen, bei Bedarf Wasser nachgießen, sie hängen leicht an. Dann 2 EL Schweineschmalz

zugeben, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Das Erbspüree pürieren und warm stellen.

Mit gebratenen Zwiebelringen separat servieren.

Dazu gibt es Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei.

Vor der eigentlichen Schlachtplatte die heiße Wurstsuppe in Teller geben, das Brot reinbröseln und servieren.

Oft wird auch vor der Suppe bereits frisches Mett (gewürztes Schweinehack) mit Brot gereicht.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 20 Minuten

07.08.02 Miguan

Wurst Kartoffel Sauerkraut Gratin 3 Ei M

Zutaten für Portionen

750 g Kartoffeln, gegart, zerstampft

3 Ei

200 ml Sahne

200 ml Milch

5 Mett Würstchen, in Scheiben

450 g Sauerkraut, gedünstet

Salz

Cayennepfeffer

Knoblauchpulver

350 g Camembert, fein gewürfelt

100 g Semmelbrösel

Butter

Zubereitung

Kartoffeln, Eier, Sahne und Milch verrühren. Mettwürstchen und Sauerkraut unterheben und mit Salz, Cayenne und Knoblauchpulver würzen. Masse in gebutterte Form tun und bei 200 Grad ca. 45 - 50 Minuten backen. Camembert und Semmelbrösel mischen und 20 Minute vor Schluss über das Gratin streuen.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

14.03.03 S.B. 5

echt lecker das Rezept.

Habe aber den Camembert durch Schafskäse ersetzt.
Schmeckt Super!!!! 12.10.2003 14:21

Wurst Sauerkraut Auflauf M

Zutaten für 4 Portionen
2 Pck. Kartoffelpüreepulver
1 gr. Dose Sauerkraut
1 g Zwiebel(n)
½ Tasse/n Brühe, aus einem Würfel

250 g Fleischwurst

60 g Butter
etwas Öl
1 TL Kümmel

4 EL Käse (Emmentaler), gerieben

Pfeffer
Muskat
Zucker

Zubereitung

Püree lt. Packung zubereiten, 40 g Butter zugeben, mit Pfeffer und Muskat würzen. Zwiebelwürfel in der Pfanne mit Öl anschwitzen, bis sie anfangen, braun zu werden. Wenn das Kraut sehr sauer ist, eine Hälfte unter fließendem Wasser ausdrücken, dann zerzupfen und zu den Zwiebeln geben. Kümmel und evtl. eine Prise Zucker dazugeben, vermischen und das Kraut anschmoren. Mit der Brühe ablöschen und noch etwas weiterschmoren. Fleischwurst in Scheiben schneiden. Auflaufform ausbuttern, alles einschichten, dabei mit der Hälfte des Pürees beginnen, dann das Sauerkraut, danach die Wurst und zum Schluss das restliche Püree. Mit Käse und Butter bestreuen.

Im vorgeheizten Heißluftofen bei 200 ° ca. 15 Min. backen, nochmals bei reduzierter Hitze (ca. 160 °) 10 Min. weiterbacken.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten
19.01.02 ldlld

Würstchen versteckte

Zutaten für 6 Portionen

6 Würste (Wiener Würstchen)

- 1 Dose/n Sauerkraut, (nicht zu weich)
- 1 Pck. Blätterteig, TK
 - n. B. Zwiebel(n)
 - n. B. Kümmel
 - n. B. Senf

Zubereitung

Blätterteigplatten auftauen lassen, auf ein Backblech legen, darauf 2-3 Gabeln Sauerkraut. Wer möchte, kann dies noch mit klein gehackten Zwiebeln, Kümmel oder Senf verfeinern. Dann kommt jeweils ein Würstchen drauf. Das ganze wird über Eck zusammengewickelt und nach Anleitung vom Blätterteig im Ofen gebacken.
Ideal als Snack bei Partys.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten
16.03.05 Hannschen

Würste Feuerkartoffeln

Zutaten für 4 Portionen

1 Paar Würste (Wiener Würstchen)

1 Paar Würste

1 große Cabanossi

250 g Gehacktes vom Rind

1 Paar Würste (Landjäger)

- 1 Stange/n Porree
- 4 Zwiebel(n)
- 2 Paprikaschote(n), rote
- 50 g Sauerkraut (wichtig, sonst schmeckt es nicht)
- 1 kg Pellkartoffeln
 - Käse, geriebenen
- 1 EL Salz
- 1 EL Paprikapulver
- 1 TL Curry, (indisch)
- 1 TL Cayennepfeffer
- 1 TL Majoran

Zubereitung

Das Gehackte krümelig anbraten, die Wüstchen alle in Scheiben schneiden und auch anbraten. Aus der Pfanne herausnehmen und in eine Auflaufform geben.

Den Porree und die Zwiebeln in Ringe schneiden, die Paprika würfeln und alles im "Wurstfett" anbraten. Das Sauerkraut auch dazugeben und kurz mit andünsten. Das ganze Gemüse zu den Würstchen in die Auflaufform geben und gut vermischen. Würzen mit Salz, Paprika, Curry (indisch), Cayennepfeffer, Majoran.

Die Pellkartoffeln in Würfel schneiden und auch mit in die Auflaufform geben. Alles gut vermengen und dick mit Käse bestreuen.

Achtung! Essen ist richtig abgewürzt. Man braucht keine SCHÄRFE mehr. 30 Min. bei ca. 200 Grad überbacken.

Feuer steht nicht nur für heiß.....Aber schmeckt richtig lecker!!

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

11.02.05 Jamaica

Würste Sauerkraut Paprika Suppe M

Zutaten für 4 Portionen

50 g Dörrfleisch, in dünnen Scheiben, fein gewürfelt

20 g Schmalz

1 Zwiebel(n), fein gewürfelt

3 Zehe/n Knoblauch, große, fein gehackt

1 große Paprikaschote(n), rote, klein gewürfelt

1 große Paprikaschote(n), grüne, klein gewürfelt

1 TL Kümmel, in einen Einmalteebeutel geknotet

600 g Sauerkraut, geschnitten

300 g Kartoffeln, mehlig-festkochend, in 1 cm großen Würfeln

1.5 Liter Gemüsebrühe, Instant

300 ml Tomatenpüree, aus der Flasche

2 EL Paprikamark oder Ajwar

2 EL Paprikapulver, edelsüß

1 TL Paprikapulver, rosenscharf, nach Wunsch

Pfeffer, schwarz, frisch gemahlen

Salz

1 EL Zucker

100 g Sahne oder Creme fraiche

4 Würste (Debreziner), in feine Scheiben geschnitten

Schmand

Zubereitung

Die Dörrfleischwürfel leicht in Schmalz anbraten, Zwiebeln und Knoblauch zugeben, weiter dünsten. Paprikawürfel unterrühren, 2 Minuten weiter

dünsten, dann mit dem Paprikapulver bestäuben, umrühren, das Sauerkraut und die Kartoffelwürfel hinzufügen und mit der Brühe, dem Tomatenpüree und dem Paprikamark auffüllen. Pfeffern und salzen.

Etwa 15 Minuten zugedeckt leise kochen lassen bis die Kartoffelwürfel gar sind. Mit Zucker und Sahne abschmecken, eventuell nachwürzen. Den Kümmelbeutel rausfischen.

Die Wurstscheiben in der Suppe erwärmen und mit einem Extraklecks Schmand servieren.

Wichtig ist, dass die Suppe nicht zu lange kocht, also nicht wie Witwe Bote. Sicher, man kann sie aufwärmen, aber nur vorsichtig, alles sollte noch knackig sein.

Mir schmeckt die Suppe besser ohne Wurst, meinem Mann besser mit.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

13.05.05 UlrikeM

Salat

Apfel Sauerkraut Salat

Zutaten für 1 Portionen

50 g Apfel

50 g Möhre(n)

100 g Sauerkraut

10 g Walnüsse

1 TL Öl (Walnussöl)

etwas Apfelsaft

Apfel und Möhre reiben; mit Sauerkraut, Apfelsaft und Öl mischen; mit gehackten Nüssen bestreuen.

Brennwert p. P.: 150

Zubereitungszeit: ca. 5 Minuten

07.03.04 Cckone

Fruchtiger Sauerkrautsalat M

Zutaten für 2 Portionen

300 g Sauerkraut

2 Äpfel

2 Möhre(n)

½ Zitrone(n), den Saft

1 kleine Zwiebel(n), rot

4 EL Sahne

2 EL Öl (Sonnenblumenöl)

Salz und Pfeffer, weiß

Zucker

Zubereitung

Das Sauerkraut auseinander zupfen und etwas zerkleinern. Äpfel schälen und entkernen. Möhren schälen und mit den Äpfeln klein raspeln. Das Geraspelte mit dem Sauerkraut vermengen. sofort mit Zitronensaft beträufeln, damit sich die Äpfel nicht verfärben.

Die rote Zwiebel schälen, in feine Streifen schneiden und zum Salat geben. Die Salatzutaten mit der Sahne und dem Sonnenblumenöl anmachen und mit Jodsalz, weißem Pfeffer und wenig Zucker pikant abschmecken.

Den Salat auf zwei Tellern anrichten.

Dazu passt ein Körnerbrot.

Brennwert p. P.: 311

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

22.02.03 Sonja*

Kartoffelsalat mit Sauerkraut Mayo M

Zutaten für 4 Portionen

600 g Kartoffeln

2 Möhre(n)

100 g Salzgurken

150 g Sauerkraut

150 g Mayonnaise oder saure Sahne

Salz und Pfeffer

Salat - Blätter

Schnittlauch

Zubereitung

Die gekochten, abgekühlten, gepellten Kartoffeln, die garen Möhren und die Salzgurken in dünne Scheiben schneiden. Das Sauerkraut grob zerschneiden. Die Hälfte der Möhren zum Garnieren aufheben. Die Salatzutaten mit Mayonnaise oder saurer Sahne und Gewürzen vermischen. Den Kartoffelsalat mit Salatblättern und Möhrenscheiben garnieren und mit Schnittlauchröllchen bestreuen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

20.06.05 Sonja

Die Möhren habe ich nicht gekocht sondern roh in den Salat gerieben, statt Salzgurken (mag hier keiner) habe ich Senfgurken genommen, und 400g Sauerkraut statt 150g. Das Ganze nur mit saurer Sahne und dem Schnittlauch angemacht.

Das er gab eine sehr frisch schmeckenden Kartoffelsalat, genau das richtige für die heiße Jahreszeit!

Schöne Idee!

L.G. Barryfan 25.06.2005 13:01

Löwenzahnsalat mit Sauerkraut

Für 2-3 Personen

Dressing:

5 EL Olivenöl (extra Vergine)

Salat:

eine Handvoll Löwenzahnblätter, fein gehackt

3 EL Sauerkraut

1 weiße große Zwiebel, in feine Scheiben geschnitten

eine Handvoll Sonnenblumenkerne

Dressing: siehe unter Salat

Salat: Die Löwenzahnblätter in eine Salatschüssel geben und das Sauerkraut unterheben. Die Zwiebeln ebenfalls in die Schüssel geben, Sonnenblumenkerne darüber streuen. Das Öl darüber gießen, alles mischen und 3 Minuten ziehen lassen.

Zubereitungszeit: 15 Minuten

W. P. Dries, Aumühle

Pikanter Sauerkrautsalat

Für 4-6 Personen

Dressing:

5 EL Öl
1-2 EL Honig
Saft einer Zitrone
Basilikum,
Pfeffer,
Salz,
Thymian
frisch geriebenen Kren oder Kren aus der Tube

Salat:

ca. 500 g rohes Sauerkraut, fein geschnitten
300 g Äpfel, in feine Würfel geschnitten
1 saure Gurke in feine Würfel geschnitten
100 g Zwiebeln oder Frühlingszwiebeln, in feine Würfel geschnitten
gehackter Schnittlauch und Salatblätter zum Garnieren

Dressing: In einer Schüssel Öl, Honig und den Zitronensaft cremig rühren. Mit den restlichen Zutaten pikant würzen.

Salat: Das rohe Sauerkraut schneiden und mit dem Saft in das Dressing geben. Die restlichen Zutaten zugeben und alles gut vermischen. Den Salat zugedeckt 1/2 Stunde ziehen lassen. Nochmals durchmischen und bei Bedarf nachwürzen. Auf einem Teller Salatblätter ausbreiten, den Salat darauf anrichten und mit Schnittlauch bestreuen.

Zubereitungszeit: 20 Minuten + Zeit zum ziehenlassen

Sauerkraut Ananas Apfel Salat

fruchtig lecker (für Trennköstler)

Zutaten für 1 Portionen
1 Fleischtomate(n)
1 Zwiebel(n)
1 Scheibe/n Ananas
1 Apfel
200 g Sauerkraut
1 EL Rosinen, ungeschwefelt
1 TL Öl (Sonnenblumenöl)
1 TL Apfel - Dicksaft
1 EL Petersilie, gehackte

Zubereitung

Tomate, Zwiebel, Ananasscheibe und den Apfel würfeln. Das Sauerkraut, die Rosinen und das Sonnenblumenöl hinzufügen und alles vermischen.

Mit dem Apfeldicksaft süßen und mit der gehackten Petersilie bestreuen. 2 Std. im Kühlschrank ziehen lassen.

Brennwert p. P.: 340

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

10.06.05 Danibärchen

Sauerkraut Salat M

Leckerer kalorienarmer

Zutaten für 4 Portionen

600 g Sauerkraut

200 g Äpfel

200 g Gewürzgurke(n)

200 g Natur-Joghurt

Zubereitung

Sauerkraut etwas klein schneiden, Äpfel dünn schälen und reiben, Gewürzgurken würfeln. Alle Zutaten mit dem Joghurt mischen.

Zubereitungszeit: ca. 7 Minuten

16.02.05 Dragonfly-Lady

Sauerkrautrohkost

Zutaten 4 Portionen

1 mittelgroßer Apfel

2 mittelgroße Möhren

500 g Frischkost-Sauerkraut (Reformhaus)

1 TL Apfelsaftkonzentrat (Reformhaus)

40 g kaltgepresstes Sonnenblumenöl

40 g Kürbiskerne (Reformhaus)

Den Apfel achteln und blättrig schneiden, die Möhren schälen und grob raspeln. Mit dem Sauerkraut und dem Apfelsaftkonzentrat vermengen.

Das Sonnenblumenöl leicht erhitzen und die Kürbiskerne ca. eine Minute darin braten. Öl und Kürbiskerne auf der Rohkost verteilen.

Tipp !

empfehlenswert bei Übergewicht, Darmträgheit; Eifrei, milchfrei, glutenfrei, streng purinarm

Nährwerte pro Portion 200 g

Eiweiß 7 g
Fett 8 g
Kohlenhydrate 9 g
kcal / kJ 180 / 750
Ballaststoffe 6,8 g
mg Saccharose 1,8 g
Cholesterin 87 mg
Purine (Harnsäureäquivalente) 35

Sauerkrautrohkost mit Ananas

4 Portionen

Zutaten

400-500 g Frischkost-Sauerkraut (Reformhaus)
3-4 Scheiben Ananas
3-4 EL kaltgepresstes Sonnenblumenöl (Reformhaus)
1 Schuss Essig oder Weißwein
evtl. Meersalz
einige Haselnüsse

Sauerkraut und 3-4 Scheiben Ananas abtropfen lassen und kleinschneiden.

Mit 3-4 Esslöffeln Sonnenblumenöl, Meersalz und - wenn nötig - einem Schuss Essig oder Weißwein durchmengen und auf einem Salatblatt anrichten.

Mit einigen Haselnüssen bestreuen.

Die Nährwerte pro Portion (148 g)

Eiweiß: 1.7 g
Fett: 7.9 g
Kohlenhydrate: 5.9 g
Brennwert: 447 kJ (107 kcal)
Ballaststoffe: 4.1 g
Cholesterin: 0.1 mg
Purine: 9.7 mg

Sauerkrautsalat I

Für 4-6 Personen

Dressing:

1 EL Olivenöl (natives extra Vergine)
125 ml trockener Sekt
frisch gemahlener weißer Pfeffer
etwas gemahlener Ingwer
Salat:

ca.500 g rohes Sauerkraut
2 Karotten, fein geraspelt
1 Apfel, gerieben
geriebene Nüsse zum Garnieren
Dressing: siehe Salat

Salat: Das rohe Sauerkraut mit Olivenöl, Karotten, Apfel vermengen. Sekt aufgießen und mit Pfeffer und Ingwer ergänzen. Mit geriebenen Nüssen bestreuen.

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Sauerkrautsalat II

Zutaten für 4 Portionen
500 g Sauerkraut, frisches
2 Äpfel
1 Karotte(n)
2 TL Fruchtzucker
2 TL Sauerkraut - Saft (oder Essig)
2 EL Sojasauce
4 EL Olivenöl, kaltgepresstes
2 EL Sonnenblumenkerne

Zubereitung

Das Sauerkraut grob schneiden und in eine Salatschüssel geben. Äpfel waschen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und die Viertel in feine Scheiben schneiden. Die Karotte waschen, putzen, fein raspeln und ebenfalls zugeben. Frühlingszwiebeln waschen, putzen, in Streifen schneiden und zugeben.

Zucker mit Sauerkrautsaft, Sojasauce und Öl verrühren und die Sauce anschließend über die übrigen Zutaten geben. Alles gründlich vermischen und etwas durchziehen lassen.

Die Sonnenblumenkerne in einer Pfanne trocken rösten und vor dem Servieren darüber streuen.

Brennwert p. P.: 200

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

25.04.05 AnjaSoergel

Sauerkrautsalat mit 3 Ei

Zutaten für 2 Portionen

300 g Sauerkraut

100 g Salatgurke(n)

2 Tomate(n)

1 Zwiebel(n)

2 EL Essig (Weinessig)

4 EL Öl (Rapsöl)

Salz und Pfeffer, aus der Mühle

Zucker

3 Ei, hart gekochte

Petersilie, frisch

Dill, frisch

Zubereitung

Das Sauerkraut auseinander zupfen und klein schneiden. Die Gurken schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Tomaten kurz mit heißem Wasser brühen und die Haut abziehen. Die Tomaten achteln. Die Zwiebel abziehen und in feine Ringe schneiden.

Aus dem Weinessig und dem Rapsöl eine Marinade rühren. Mit Salz, Pfeffer aus der Mühle und Zucker kräftig abschmecken. Das Kraut, die Gurken, und die Tomaten in einer Salatschüssel vermengen und die Marinade unterheben. .

Die Eier pellen und grob würfeln. Die Kräuter waschen, trocken schleudern und fein hacken und mit den Eiwürfeln vermengen.

Den bunten Sauerkrautsalat anrichten und das Kräuter-Ei-Gemisch darauf streuen.

Dazu passt Bauernbrot mit frischer Butter und pikanten Käsesorten.

Brennwert p. P.: 174

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

22.02.03 Sonja*

Sauerkrautsalat mit Mungobohnensprossen

Zutaten für 2 Portionen

300 g Sauerkraut

4 Scheibe/n Ananas

2 EL Öl (Sonnenblumenöl)

1 Paprikaschote(n), grüne

- 1 Apfel
- 2 EL Sprossen (Mungbohnen), gekeimte

Sauerkraut auseinander zupfen, Ananasscheiben in kleine Stückchen schneiden. Ebenso die Paprikaschote und den Apfel in kleine Würfelchen schneiden. Alles zum Kraut geben. Die Mungobohnensprossen und das Öl dazugeben und alles vorsichtig aber gut durchmischen. Eine vitaminreiche Sache, die sehr einfach zuzubereiten ist und prima schmeckt.

Die Keime ziehe ich selber: 1 EL. Mungbohnen (keimfähig, am Besten Bio!) über Nacht in kaltem Wasser einweichen. In einem Sieb abgießen, mit Wasser spülen und in eine lichtdurchlässige Schüssel geben. Mit Folie abdecken. Nun jeden Tag im Sieb spülen, gut feucht in die Schüssel zurückgeben, bis die Keimlinge ca. 1/2 - 1 cm lang sind (nach etwa 3 Tagen).

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten
20.06.04 schuxn

Sauerkrautsalat mit Roquefort M

Zutaten für 4 Portionen

100 g Käse (Roquefort)

100 g Crème fraîche

1 Zitrone(n)

1 Bund Kerbel

1 Bund Schnittlauch

8 Walnüsse

Pfeffer, frisch gemahlener

300 g Sauerkraut (Weinsauerkraut)

Zubereitung

Roquefort mit Gabel zerdrücken und mit Crème fraîche vermischen. Zitrone auspressen. Kerbel, Schnittlauch und Walnüsse klein hacken. Alles mit der Roquefortmasse verrühren. Mit Pfeffer würzen. Weinsauerkraut abtropfen lassen. Mit der Roquefortmasse vermengen und gut durchziehen lassen.

Tipp: Mit frischem Bauernbrot ein echter Genuss.

Variation: Statt Roquefort kann auch ein anderer Blauschimmelkäse, z.B. Gorgonzola verwendet werden.

Brennwert p. P.: 230

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

20.11.04 jasy1

Sauerkrautsalat mit Wildkräutern

Für 4 Personen

Dressing:

3 EL Sonnenblumenöl
1 TL Akazienhonig
50 g Zwiebeln, gehackt
1 TL Basilikum
1 TL Kümmel (evtl. mit Mörser zerkleinert oder gemahlen)

Salat:

400 g rohes Sauerkraut
2 Äpfel, gewürfelt
2 mittelgroße Möhren, geraspelt

150 g frisch gesammelte Wildkräuter (z.B. Gänseblümchen, Frauenmantel, Brennnessel, Feldsalat, Löwenzahn, Sauerampfer), klein geschnitten
Dressing: Alle Zutaten zu einer Marinade verrühren.

Salat: Alle Zutaten vorbereiten, mit dem Dressing vermischen und 30 Min durchziehen lassen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

Sauerkrautsalat mit Zitronenmelisse

Zutaten für 6 Portionen
1 gr. Dose/n Sauerkraut
1 Stange/n Porree
2 Äpfel
2 Zwiebel(n)
6 Gewürzgurke(n)
1 TL Salz
4 EL Zucker
2 Zitrone(n)
6 EL Öl
1 Bund Dill
1 Bund Petersilie
1 Bund Zitronenmelisse

Zubereitung

Porree, Äpfel, Zwiebeln und Gurken klein schneiden, Kräuter fein hacken (ggfs. nicht die volle Menge der Kräuter nehmen), alles mit dem Kraut vermischen. Zucker und Salz mit dem Zitronensaft verrühren und zum Salat geben. Öl erhitzen, über den Salat gießen, gut verrühren. Etwa 2 Stunden ziehen lassen.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten
07.06.04 hagazussa

Wintersalat mit Sauerkraut

Vinaigret aus Russland

Zutaten für 4 Portionen

400 g Sauerkraut ,am besten selbstgemacht mit Möhren
1 Dose Kidneybohnen
6 Salzgurken
1 Bund Dill
6 m.-große Pellkartoffeln, gekocht
2 Rote Bete, gekocht
1 Dose Erbsen
2 EL Öl (Sesam- oder Rapsöl)
1 Zwiebel(n)
Salz und Pfeffer
3 Tropfen Essig

Zubereitung

Kartoffeln, Rote Bete und Zwiebel in Würfel schneiden. Bohnen und Erbsen ohne Flüssigkeit dazugeben. Dill schneiden, würzen und mit Öl verfeinern. Alles zusammen durchmischen. Am Besten für 1 Stunde durchziehen lassen.

Schmeckt am nächsten Tag genauso gut. Im Winter ideal, weil reich mit Vitamin C und sehr sättigend.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten
22.03.05 dulev

Suppe

Cremige Sauerkrautsuppe M

Zutaten für 4 Portionen

3 Möhre(n), grob gewürfelt
2 Wurzel/n Petersilie, grob gewürfelt
750 g Sauerkraut, Dose, abgetropft
3 EL Butter
150 ml Sherry
1.2 Liter Gemüsebrühe
4 Scheibe/n Graubrot, 1cm Würfel
100 g Walnüsse, grob gehackt
1 Bund Schnittlauch, in Röllchen
2 EL Honig

400 g Sahne

Salz und Pfeffer

3 Zwiebel(n), grob gewürfelt
1 EL Butter in einem Topf erhitzen , Zwiebelwürfel, Möhren, Petersilienwurzel und 2/3 des Sauerkrauts andünsten. Mit Sherry ablöschen, mit Brühe auffüllen und zugedeckt 30 Min. leicht köcheln lassen, dann fein pürieren.
1 EL Butter in einer Pfanne erhitzen, Nüsse und Brotwürfel goldgelb braten und herausnehmen. Übrige Butter erhitzen, Rest Sauerkraut und Honig kurz andünsten. Sahne in die Suppe rühren, würzen, einmal aufkochen. Honig-Kraut in tiefe Teller/Suppentassen verteilen und mit Suppe aufgießen. Mit Nuss-Croutons und Schnittlauch bestreuen.
Wer "Fleischiesser" ist, kann 4-5 Debreziner in Scheiben 5 Min. vor Garenende in die Suppe geben.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

15.03.05 sundream2

Feurige Silvestersuppe M

Für 4 Personen

100 g Kichererbsen
100 g Kidneybohnen
2 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
2 rote Pfefferschoten
400 g Kartoffeln
500 g frisches Sauerkraut
2 EL Olivenöl
1 TL scharfes Paprikapulver
1 Msp. Cayennepfeffer
1 EL Agavendicksaft
1 l Gemüsebrühe
4 EL Tomatenmark

2 EL Tomatenketchup

150 g saure Sahne

Kräutersalz

1/2 Bund Petersilie, klein gehackt

Kichererbsen und Kidneybohnen über Nacht in reichlich Wasser einweichen. Einweichwasser weggießen, Erbsen und Bohnen in reichlich Salzwasser etwa 45 Minuten gar kochen.

Zwiebeln und Knoblauch fein würfeln. Pfefferschoten der Länge nach halbieren, Kerne und Trennwände entfernen. Schoten kalt abspülen und in feine Streifen schneiden. Kartoffeln schälen und in kleine, mundgerechte Stücke schneiden. Sauerkraut kalt abspülen, abtropfen lassen.

Öl in großen Topf erhitzen. Zwiebel- und Knoblauchwürfel darin glasig dünsten. Pfefferschotenstreifen, Paprikapulver, Cayennepfeffer und Kartoffelstücke dazugeben und kurz mitbraten.

Hitze reduzieren, Sauerkraut und Agavendicksaft hinzufügen. Alles etwa 5 Minuten dünsten. Gemüsebrühe angießen, kurz aufkochen. Bei mittlerer Hitze etwa 15 Minuten köcheln, bis Kartoffelstücke gar sind. Tomatenmark, Ketchup, saure Sahne, Kidneybohnen und Kichererbsen dazugeben. Suppe aufkochen. Mit Kräutersalz abschmecken, Petersilie darüber streuen.

Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten + Zeit zum Einweichen

Gemüsesuppe mit Tofu

Für 6-8 Personen

Zutaten:

Je 1/2 rote, gelbe, grüne Paprika, fein gewürfelt

2 Karotten, fein gewürfelt

1 kl. Kohlrabi, fein gewürfelt

3-4 Röschen Blumenkohl, fein gewürfelt

1 Zwiebel, fein gewürfelt

1/4 Sellerieknolle, fein gewürfelt

1 Petersilienwurzel, fein gewürfelt

4-5 Blätter Wirsing, in Streifen geschnitten

130 g Tofu, klein gewürfelt

3 EL Sojasoße

2 EL Sojaöl

Salz, Pfeffer

1 gestrichener TL edelsüßer Paprika

1 1/2 l Wasser

200-250 ml Krautsaft (von eingelegtem Sauerkraut) oder Zitronensaft nach Geschmack

Petersilien- und Liebstöckelblätter, gehackt

Zwiebel in Sojaöl kurz anrösten. Salz, Pfeffer und Paprika zugeben, Tofu darin kurz braten. Sojasoße zugeben, restliches Gemüse untermischen, andünsten, mit Wasser aufgießen und alles bissfest garen. Die fertige Suppe wird mit Krautsaft oder mit Zitronensaft nach Geschmack gesäuert. Mit Petersilie und Liebstöckel servieren.

Man kann auch Tomatensaft oder Tomatenmark zusetzen. Die Suppe kann klar gegessen werden oder: 1 Eigelb mit 2 EL Sauerrahm verquirlen, mit etwas Brühe auflösen und in die heiße Suppe einrühren.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

R. Schenker, Kariskron

Imkersuppe M

Für 4 Personen

Zutaten:

300 g frisches Sauerkraut, klein geschnitten
1 Zwiebel, fein gehackt

etwas Butter

3 Mandarinen
1/8 l frischer Orangensaft
1/2 l Gemüsebrühe
Salz, Pfeffer
1 Prise Ingwerpulver
1 EL Bienenhonig

300 g Sauerrahm

3 EL Kürbiskerne
1 Bund Dill, gehackt

Zwiebel in etwas Butter glasig dünsten. Das kleingeschnittene Sauerkraut sowie die Mandarinspalten, Saft, Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer, Ingwer und Honig hinzufügen und ca. 45 Min. auf kleiner Flamme weichkochen lassen. Zum Schluss Sauerrahm zufügen. Suppe im Mixer pürieren, evtl. nachwürzen. Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Suppe mit etwas Sauerkraut, Kürbiskernen und Dill garnieren.

Zubereitungszeit: 50 Minuten

I. Emmert, St. Georgen

Kartoffelsuppe mit Sauerkraut M

Für 4 Personen

1 große Zwiebel
300 g mehlig kochende Kartoffeln
2 EL Butter
1100 ml Gemüsebrühe
400 g Sauerkraut
1 EL Kümmelsamen

150 ml süße Sahne

Kräutersalz
frischer Pfeffer aus der Mühle
1 Bund Schnittlauch, fein geschnitten
Zwiebel fein würfeln. Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden.

Die Hälfte der Butter in einen großen Topf geben und die Hälfte der Zwiebelwürfel darin glasig werden lassen. Kartoffelstücke dazugeben und kurz anbraten. Mit einem Liter Gemüsebrühe ablöschen und zugedeckt bei mittlerer Hitze etwa 15 Minuten weich kochen.

Sauerkraut auf ein Sieb geben und gut abtropfen lassen. Restliche Butter in einem Topf erwärmen. Die übrigen Zwiebelwürfel und den Kümmel darin andünsten. Sauerkraut hinzugeben und kurz anbraten. Mit der restlichen Gemüsebrühe ablöschen und zugedeckt bei mittlerer Hitze etwa 10 Minuten dünsten.

Kartoffeln pürieren, Sahne angießen und Suppe salzen und pfeffern. Sauerkraut einrühren. Suppe mit Schnittlauch bestreut servieren.

Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten

Pilz Soljanka M

Zutaten für 4 Portionen
1.5 Liter Wasser
8 große Steinpilze, getrocknet
2 Gläser Pilze, gesalzen
12 Oliven
200 g Weißkohl, kleingeschnitten
400 g Sauerkraut

- 1 Möhre(n)
- 1 Wurzel Petersilie
- 2 EL Dill

200 ml saure Sahne

- 1 Sellerie
- 2 Zwiebel(n)
- 2 EL Butter
- 2 Tomate(n)
- 3 Lorbeerblätter
- 10 Körner Pfeffer
- ½ Zitrone(n)

Zubereitung

Zubereiten der Pilzbrühe: Die Trockenpilze kochen, herausnehmen, sobald sie weich werden, in Scheiben schneiden, nochmals mit Möhre, Petersilienwurzel und Sellerie - alles in Scheiben geschnitten - kochen. Das frische Kraut und das Sauerkraut mit Tomaten und Zwiebel in Butter gar dünsten. Die gesalzenen Pilze überbrühen und in kleine Stücke schneiden.

Alle Zutaten zusammengeben, die Gewürze zufügen und 15 Minuten auf mäßiger Flamme kochen.

Mit saurer Sahne und Zitronensaft anrichten.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

14.01.02 Sonja*

Sauerkraut Paprika Feta Suppe M

Zutaten für 4 Portionen

500 g Sauerkraut

150 g Feta Käse

50 g Crème fraiche

- 2 Paprikaschote(n), rote
- 2 Zwiebel(n)
- ¾ Liter Wasser, heißes
- ¼ Liter Wein, weiß, herb
- ½ TL Kümmel
- 2 Zehe/n Knoblauch
- Pfeffer
- Salz
- Olivenöl
- Paprikapulver
- Kräuter, frische nach Belieben

Zubereitung

Die Paprika, Zwiebeln und Knoblauchzehen putzen und klein schneiden. In einen Schmortopf Öl erhitzen und die Zwiebeln darin andünsten. Das Sauerkraut zugeben, mit heißem Wasser und dem Weißwein aufgießen und 15 Min. köcheln lassen. Dann die Paprika zugeben und weitere 15 Min. köcheln lassen. Dann die Suppe mit Kümmel, Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken, Crème fraîche und den gewürfelten Fetakäse zugeben, noch einmal kurz aufkochen lassen und fertig. Mit frischen Kräutern servieren.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

01.12.04 Stiermädchen

Sauerkrautsuppe M

Zutaten für 4 Portionen

300 g Sauerkraut

1 große Zwiebel(n)

2 EL Butter

1 EL Mehl

¼ Liter Gemüsebrühe (oder Fleischbrühe)

Salz und Pfeffer, schwarz, frisch gemahlen

2 Scheibe/n Bauernbrot(e)

1 Zehe/n Knoblauch, kleine

125 g Sauerrahm

½ Bund Petersilie

Kümmel

Zubereitung

Die Zwiebel schälen, fein würfeln. 1 EL Butter in einem großen Topf erhitzen, die Zwiebel darin glasig werden lassen.

Mehl über die Zwiebel stäuben und goldgelb anschwitzen, dann nach und nach unter Rühren mit der Brühe ablöschen.

Das Sauerkraut abspülen und klein schneiden, in die Brühe geben. Mit Salz, Pfeffer und etwas Kümmel würzen. Zugedeckt 20 Minuten bei schwacher Hitze köcheln lassen.

Das Brot klein würfeln. Butter in einer kleinen Pfanne erhitzen, die Brotwürfel darin goldbraun rösten. Den Knoblauch schälen und dazu pressen. Den Sauerrahm unter die Suppe rühren und alles herzhaft abschmecken. Die Petersilie waschen, abtrocknen und hacken, zusammen mit den Brotwürfeln in die Suppe geben und servieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

22.10.04 stephan-willi1

Sauerkrautsuppe mit Grünkern M

Für 4 Personen

Zutaten:

100 g Grünkern, geschrotet
1 1/2 l Gemüsebrühe
2 Lorbeerblätter
6 schw. Pfefferkörner, ganz
3 Nelken
10 Wacholderbeeren
1/4l Sauerkraut, mit Flüssigkeit
3 Fleischtomaten, geviertelt oder 2 EL Tomatenmark
1/2 TL Kümmel

125 g Schmand, Creme fraîche oder saure Sahne

1 Prise Thymian
1 Prise Muskat, frisch gerieben
1 Prise Cayennepfeffer
1 TL Paprika, edelsüß
Kräutersalz (richtet sich nach dem Salzgeschmack des Sauerkrauts)

Grünkern, Gemüsebrühe, Lorbeerblätter, Pfefferkörner, Nelken und Wacholderbeeren eine halbe Stunde kochen lassen, bis der Schrot weich ist. Sauerkraut, Fleischtomaten, Kümmel hinzugeben und 5 Min. sanft mitkochen. Die Suppe mit Schmand und den Gewürzen abschmecken, nicht mehr kochen lassen sondern gleich servieren.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

M. Haase

Sauerkrautsuppe mit Kürbiskernen 2 Eigelb M

5 Portionen

Zutaten
2 mittelgroße Kartoffeln
2 mittelgroße Möhren
1 Stange Lauch
250 g Frischkost-Sauerkraut (Reformhaus)

1 1/2 l Gemüsebrühe aus Extrakt (Reformhaus)
1 TL Curry
5 zerstoßene Korianderkörner

2 Eigelb

1 Becher Creme fraîche

Meersalz (ggf. jodiert)
schwarzer Pfeffer
2 Scheiben Vollkorntoast (getoastet)
1 Zehe Knoblauch
2 EL Kürbiskerne (Reformhaus)

2 Kartoffeln und 2 Möhren schälen und grob reiben.
Eine Stange Lauch putzen und in dünne Scheiben schneiden.
Frischkost-Sauerkraut kleinschneiden. In Gemüsebrühe mit einem Teelöffel Curry und 5 zerstoßenen Korianderkörnern circa 15 Minuten kochen.
2 Eigelbe mit etwas kochender Gemüsebrühe verrühren und mit Crème fraîche zur Suppe geben.
Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit 2 Esslöffeln leicht angerösteten Kürbiskernen bestreuen.
2 Scheiben Vollkorntoast (getoastet) mit einer zerdrückten Knoblauchzehe einreiben, in kleine Würfel schneiden und zur Suppe servieren.

Die Nährwerte pro Portion (524 g)

Eiweiß: 7.3 g
Fett: 18.1 g
Kohlenhydrate: 13.9 g
Brennwert: 1048 kJ (250 kcal)
Ballaststoffe: 6.1 g
Cholesterin: 132.6 mg
Purine: 17.6 mg

Sauerkrautsuppe mit Paprika M

Zutaten für 4 Portionen
100 g Zwiebel(n)
350 g Sauerkraut, roh, a.d. Tüte
2 EL Öl
2 TL Paprikapulver, rosenscharf
Salz
Pfeffer
500 ml Brühe (Instant)
350 g Kartoffeln
1 Paprikaschote(n), rote
1 EL Butter

150 g Crème fraîche

1 TL Senf

1 EL Schnittlauch Röllchen

Zwiebeln abziehen, halbieren und in Streifen schneiden. Das Sauerkraut abtropfen lassen, grob zerhacken. Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln darin andünsten, mit Paprikapulver bestäuben. Sauerkraut hinzufügen, leicht anbraten. Salzen und pfeffern. Brühe angießen und zugedeckt ca. 35 Minuten köcheln lassen. Die Kartoffeln schälen, waschen und in kleine Würfel teilen. Die Paprikaschote in kleine Streifen schneiden. Butter erhitzen, Kartoffeln darin ca. 10 Minuten anbraten, mit Pfeffer würzen. Paprikastreifen dazugeben und ca. 5 Minuten dünsten. Suppe vom Herd nehmen. Creme fraîche und Senf verrühren, unterziehen. Paprika, Kartoffeln hinzufügen. Mit Schnittlauch bestreuen. Dazu empfehle ich natürlich ein Glas Vina Zara.

Brennwert p. P.: 280

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

29.10.04 Vinazara

Schwäbische Sauerkrautsuppe M

Zutaten für 4 Portionen

200 g Blattspinat, frischer oder TK

300 g Sauerkraut

1 Bund Petersilie

500 ml Fleischbrühe

300 ml süße Sahne

Salz

Pfeffer, frisch gemahlener

1 Prise Zucker

100 g Crème fraîche mit Kräutern

Zubereitung

Frischen Spinat putzen, waschen, abtropfen lassen und zerkleinern, oder TK-Spinat in einem Topf auftauen lassen. Sauerkraut abtropfen lassen und eventuell etwas kleiner schneiden. Petersilie waschen, putzen und trocken tupfen. Spinat, Sauerkraut und Petersilie mit Pürierstab oder Mixer pürieren. Masse in einen Topf mit Fleischbrühe 15 Minuten köcheln lassen. Sahne hinzufügen, mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Suppe auf Teller verteilen und mit der Kräuter-Crème fraîche garnieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
20.11.04 jasyI

Ungarische Sauerkrautsuppe M (Vollwert)

Zutaten für 5 Portionen

- 1.2 kg Kartoffeln
- 2 Zwiebel(n)
- 1 Paprikaschote(n), rot
- 1 g Butter
- 1 TL Paprikapulver, rosenscharf
- 2 EL Tomatenmark
- ½ kg Sauerkraut, (frisches)
- 1 EL Apfel - Dicksaft (Reformhaus)
- 1 Liter Gemüsebrühe
- 5 Scheibe/n Zwieback (Roggenzwieback) oder Knäckebrot
- 1 Zehe/n Knoblauch

100 g Crème fraiche

Zubereitung

Kartoffeln und Zwiebeln schälen, ebenso wie Paprika in kleine Würfel schneiden. 50 g Butter in einem Topf zerlassen, Gemüse darin 15 Min. bei mittlerer Hitze andünsten. Paprikapulver und Tomatenmark unterrühren, dann das Sauerkraut zugeben. Mit Apfeldicksaft, Pfeffer und Salz würzen, dann die Brühe zugießen und einmal aufkochen lassen. Zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 30 Min. köcheln lassen.

In der Zwischenzeit Zwieback (oder Knäcke) grob zerbröseln. Restliche Butter zerlassen. Knoblauch pellen und durch die Presse drücken. Brösel und Knoblauch in der Butter unter Wenden anrösten. Suppe abschmecken, auf Teller verteilen; jeweils in die Mitte einen Klecks Crème fraiche setzen und mit Bröseln bestreuen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
14.07.04 bufana

Hinweis für Word

Die Sammlung ist mit **Verdana 12** geschrieben,

wer eine kleinere Schriftgröße benutzt, bei dem stimmen die Seitenzahlenangaben nicht mehr, Sind aber weiterhin aktiv.

Montag, 1. August 2005

Mit freundlichen Grüßen

Hans

Hinweis II

Das **M** in den Titelleisten , bedeutet nur,

das sich im Rezept ,

Kuh Milch Produkte, befinden

Mit freundlichen Grüßen

Hans