



Bayrisch Kraut (Weisskohl)

Rezepte von BEPA Bio



Zutatenliste (4 Personen):

1 Weißkohl, 2 Zwiebeln, 1/2 l Gemüsebrühe, 50 g Schmalz oder Butter, 2 EL Essig, 1-2 TL Kümmel ganz, 1 TL Zucker, 1 Apfel, 1 EL Mehl, Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Den Kohl putzen, vierteln (den Strunk entfernen) und in feine Streifen schneiden.
2. Die Zwiebel schälen, fein hacken und im Schmalz glasig dünsten. Den Kohl dazugeben und alles zusammen kurz anbraten.
3. Gemüsebrühe, Salz, Essig, Zucker und Kümmel dazufügen.
4. Den Apfel grob raspeln und ebenfalls dazugeben. Alles zusammen 20 min lang dünsten.
5. Das Mehl mit etwas kaltem Wasser verrühren, zum Kraut geben und weitere 10 min ziehen lassen.

Tipp: Dazu passen Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei. Schmeckt natürlich auch klassisch mit Speck.

**Viele weitere tolle Rezeptideen finden Sie auf
www.bepabio.ch.**

Guten Appetit

