



Sauerkraut- Hähnchen-Topf

Rezepte von BEPA Bio



Zutatenliste (4 Personen):

4 Hähnchenkeulen, 4 kleine Zwiebeln, 200g Möhren, 150 g Dörrfleischwürfel, etwas Olivenöl, Salz, Pfeffer, 6 Stiele Thymian
500g Sauerkraut, 200ml Weißwein, 100ml Wasser

Zubereitung:

1. Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden. Möhren schälen und schräg in 1/2 cm dicke Scheiben schneiden.
2. Das Olivenöl in einem Bräter erhitzen. Dörrfleischwürfel darin bei mittlerer bis starker Hitze 5 Minuten braten und herausnehmen. Hähnchenstücke salzen und pfeffern, in dem Bratfett rundherum braun anbraten und herausnehmen. Zwiebeln, Möhren und Thymian zugeben und 5 Minuten braten.
3. Sauerkraut und Dörrfleisch im Bräter mit dem Gemüse mischen. Weißwein und Wasser zugießen und aufkochen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Hähnchenstücke auf das Gemüse legen. Im heißen Ofen bei 200 Grad Ober- und Unterhitze im unteren Ofendrittel zugedeckt 25 Minuten schmoren. Dann offen weitere 25 Minuten garen.

Viele weitere tolle Rezeptideen finden Sie auf
www.bepabio.ch
Guten Appetit

