



Rotkraut / Aepfel

Zutaten für 4 Personen
Beilage zum Hauptgericht
gekocht 80g pro Person + 4 Aepfel



Legende: TL = Teelöffel, EL = Esslöffel, MSP = Messerspitze,
lt = Liter, dl = Deziliter (1/10), cl = Centiliter (1/100)

Zubereitungszeit : 60 Minuten kochen plus 5 Minuten Vorbereitung

Rotkraut

1 EL Rapsöl
1 kleine Zwiebel gehackt
270 g Rotkraut fein geraffelt
30 g Speckwürfeli
1/2 Apfel fein geraffelt
wenig Rotwein zum Ablöschen
Gemüsebouillon und wenig Wasser, etwas Kümmel und Pfeffer

Zubereitung

Zwiebel und Speckwürfeli in Oel andünsten.
Rotkraut beifügen und kurz weiterdünsten.
Ablöschen mit 1/2 dl rotwein, 1 Würfel Gemüsebouillon und 1/2 - 1 dl Wasser.
Wenig Kümmel und Pfeffer dazugeben. Wenn nötig nachwürzen mit Gemüsebouillon.

1 Stunde auf kleinem Feuer garen.

Aepfel



2 Aepfel, Sorte: solche die nicht verkochen
Preiselbeeren

Zubereitung

Aepfel schälen, **der Höhe** nach teilen, etwas aushöhlen (richtiges Werkzeug verwenden)
und al dente im Zuckerwasser kochen. Mit Preiselbeeren füllen.