

Bayerisches Sauerkraut

Zutaten (für 4-6 Personen):

- 800 g (am besten frisches) Sauerkraut
- 3 Zwiebeln
- 1 (z.B. Elstar) Apfel
- 2 EL Olivenöl
- 20 g Flomen
- ersatzweise: Gänseschmalz
- 1-2 TL Kümmel
- 2 EL Ahornsirup
- 250 ml Quittensaft
- 100 ml Geflügelbrühe
- Salz
- Pfeffer

Sauerkraut in einem Sieb abtropfen lassen. Zwiebeln in dünne Streifen schneiden. Apfel schälen, vierteln, entkernen und 1,5 cm klein würfeln. Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin andünsten. Äpfel dazugeben und kurz mitdünsten. Flomen fein schneiden und untermischen. 2 Minuten dünsten, bis der Flomen geschmolzen ist. Mit Kümmel und Ahornsirup würzen und 2 Minuten bei mittlerer Hitze leicht karamellisieren lassen.

Das abgetropfte Sauerkraut unter die Zwiebeln mischen, mit Quittensaft und Brühe ablöschen und aufkochen. Bei mittlerer Hitze 15 Minuten schmoren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Sendung/Quelle: Tim Mälzer kocht!

Letzter Sendetermin: 24.11.2018

Koch/Köchin: Tim Mälzer

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen