

Krautfleckerl

Zutaten (für 4 Personen):

- 200 g Fleckerl-Nudeln
- alternativ: ital. Quadretti
- 600 g Weißkohl
- 2 TL Kümmel
- 150 g fein gehackte Zwiebeln
- 60 g Zucker
- 40 ml Apfelessig
- 8 EL Pflanzenöl
- Salz
- aus der Mühle: Schwarzer Pfeffer
- etwas Gemüsebrühe

Weißkohl in etwa 1 cm große Quadrate schneiden, in eine Schüssel geben, salzen und den Kümmel untermischen. 30 Minuten stehen lassen, dann überschüssige Flüssigkeit abgießen.

Öl in einem Topf erhitzen und den Zucker darin dunkel karamellisieren. Zwiebeln dazugeben und kurz mitrösten. Mit Apfelessig ablöschen, den Weißkohl dazugeben und unter Rühren ebenfalls kurz mitrösten. Etwas Gemüsebrühe oder Wasser angießen, mit Pfeffer würzen und zugedeckt circa 30 Minuten bei mittlerer Hitze kernig dünsten. Dabei ab und zu umrühren und möglichst trocken halten - nur wenig Wasser oder Gemüsebrühe nachgießen, falls der Weißkohl am Topfboden haftet.

In der Zwischenzeit die Nudeln in reichlich Salzwasser 6-8 Minuten bissfest kochen. Abgießen, mit kaltem Wasser abspülen, abtropfen lassen und mit dem Weißkohl vermengen. Nach Geschmack mit Salz und Pfeffer nachwürzen.

Dazu passt grüner Salat mit einem Dressing aus Apfelessig, Salz, Pfeffer, Senf und Kürbiskernöl.

Sendung/Quelle: Hamburg Journal

Sendetermin: 03.11.2023

Koch/Köchin: Dave Hänzel

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