



Kartoffel-Pauls Rezeptkiste

Kartoffel-Pauls ‚Apfelrotkohl‘

Zutaten:

- 1 Kopf frischer Rotkohl
- 1 Apfel (z.B. Elstar)
- 1 große Zwiebel
- 5 Gewürznelken
- Griebenschmalz zum Anbraten
- Zucker, Salz
- ca. 100 ml Essig
- ca. 200 ml Wasser

Kochzeit: ca. 1 Stunde

Zubereitung:

Zunächst in einem großen Topf das Griebenschmalz auslassen. Währenddessen die Zwiebel und den Apfel schälen und in kleine Würfel schneiden, in das Griebenschmalz geben und glasig anbraten.

Den Rotkohl nun mit einer Küchenreibe in schmale Streifen hobeln, in den Topf geben, ebenfalls mit anschwitzen und dann mit dem Wasser und dem Essig auffüllen.

Die anderen Zutaten hinzufügen und im geschlossenen Topf unter gelegentlichem Umrühren ca. 1 Stunde auf mittlerer Flamme köcheln lassen.

Gegen Ende der Garzeit noch einmal mit Essig, Zucker und Salz abschmecken und die verbliebene Flüssigkeit vor dem Servieren abgießen.

Mein Tipps: Lassen Sie den fertigen Rotkohl über Nacht gut durchziehen und wärmen Sie ihn am nächsten Tag einfach auf – dann schmeckt er noch einmal so gut.

Rotkohl wird besonders bekömmlich, wenn Sie anstelle des traditionell verwendeten Wassers und Essig die gleiche Menge Apfelsaft verwenden. Darüber hinaus behält er seine starke Farbe.

Kartoffel-Paul wünscht
Guten Appetit!

Kartoffel-Paul Lieferservice: Tel.: 0 21 51 - 32 53 890
eMail: kartoffel-paul@arcor.de • www.kartoffel-paul-bringts.de

Inh.: Jürgen Paul Verstrepfen • Tönisberger Str. 130 • 47839 Krefeld • Betr.-Nr.: 051140000

© Fotos: Kartoffelherz/uschi dreiucker/PIXELIO.de; Rotkohl/SueSchi/PIXELIO

