Krautfleckerl

Kategorien:	Diabetiker, Gemüse, Kohlgerichte, Pfannengerichte, Vegetarisch
Land / Stil:	k.A. / k.A.
Bewertung:	(noch nicht bewertet)



Zutaten

1 kg Weißkraut
2 Zwiebeln
4 EL Zucker
120 g Butterschmalz oder Öl
100 g Speck
4 EL Weißweinessig
Weinbrand
¼ l Rindsuppe (Würfel)
Salz
Pfeffer
Kümmel

300 g Fleckerln

Zubereitung

Feingeschnittene Zwiebeln und Speck in Butterschmalz oder Öl andünsten.
Zucker dazugeben, kurz karamellisieren, mit Essig, Weinbrand und Brühe ablöschen.
Das äußerst fein geschnittene Kraut (geht am schnellsten mit einer Küchenmaschine) unterheben, mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen.
Das Kraut 40 bis 50 Minuten dünsten. Man erkennt es auch an der bräunlichen Farbe, dass das Kraut gar ist.
Wenn man das Kraut schon einen Tag vorher dünstest, schmeckt es sogar noch besser.
Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
Wann das Kraut gar ist, die Fleckerl (die zuvor in Salzwasser al dente gekocht wurden) unterrühren und zugedeckt ziehen lassen.

Anmerkung:
Auf jeden Fall noch auf den Tisch eine Pfeffermühle dazustellen.