

Krautschnecken & Weißkraut auf brasilianische Art

Zutaten

Krautschnecken:

Ob man die Krautschnecken mit Nudelplatten oder Hefeteig zubereitet, ist zum einen eine Geschmacksache, zum anderen ist das Rezept mit den Nudelteigplatten nicht so zeitaufwendig, wie die Zubereitung von Hefeteig.

Mit Nudelteigplatten: 12 Lasagneplatten, 1/4l Gemüsebrühe,

Mit Hefeteig: salziger Hefeteig mit 500g Mehl

z.B. 500 g Mehl, 1/2 Würfel Hefe, 1TL Salz, 1Prise Zucker, 1EL Olivenöl

Für die Füllung: 500g Sauerkraut, 300g Weiß-oder Spitzkohl, 100g Speckwürfel, 1 Zwiebel, Kümmel frisch gemahlen oder Pulver, Petersilie, 6 EL Sauerrahm, 100g geriebener Emmentaler, Salz, Pfeffer

Weißkraut auf brasilianische Art:

1 Weißkohl, 2 Zehen Knoblauch, Salz, Pfeffer, Zimtpulver

Zubereitung

Krautschnecken

Den Weißkohl kleinschneiden, oder hobeln und mit dem Sauerkraut und in einem Topf gut (mindestens 30 Minuten) durchdämpfen, eventuell 2 EL Wasser dazugeben, dass es nicht anbrennt. Am Ende der Garzeit den Kümmel noch ca. 5 Minuten mitkochen lassen. Je nachdem, wie empfindlich der Darm auf Kraut reagiert, kann man es auch länger kochen lassen (bis zu 2 Stunden). In der Zwischenzeit die Speckwürfel und die kleingeschnittene Zwiebel in einer Pfanne andünsten.

Mit Lasagneplatten: Die Lasagneplatten ca. 15 Minuten (bis sie weich sind) in Wasser legen und darauf achten, dass Sie nicht übereinander liegen (kleben zusammen). Abtropfen lassen und nebeneinander legen. Sauerkraut mit der gehackten Petersilie und dem Sauerrahm mischen, kräftig salzen und pfeffern. Die Mischung auf den Lasagneplatten verteilen. Nudelplatten aufrollen und in eine Auflaufform setzen. Die Gemüsebrühe mit 1 EL Sauerrahm verrühren und über die Nudelrollen gießen. Dann den Käse darauf verteilen und im vorgeheizten Ofen bei 180°C Umluft 25-30 Minuten backen.

Mit Hefeteig: aus den Zutaten einen trockenen (sollte nicht an den Händen kleben bleiben - sonst Mehl dazugeben) Hefeteig kneten und ca. 30 Minuten gehen lassen, nochmals durchkneten und weiter 20 Minuten gehen lassen. Den Hefeteig zu einer ca. 20 cm breiten und 0,5cm dicken Platte ausrollen. Sauerkraut mit der gehackten Petersilie und dem Sauerrahm mischen, je nach dem wie salzig der Teig ist, die Masse mäßig bis würzig salzen und pfeffern. Die Mischung auf der Platte verteilen und aufrollen. Danach mit einem Messer, ca. 1cm dicke Stücke schneiden und diese nebeneinander in einer gut eingefetteten Auflaufform setzen. Dann ca. 20 Minuten bei 180°C Umluft backen. Zum Schluss noch den Käse darüber streuen und gratinieren.

Weißkraut auf brasilianische Art:

Das Kraut waschen und in kleine Streifen schneiden. In einem großen Topf Öl erhitzen, 1 – 2 zerdrückte Knoblauchzehen (nach Wunsch mehr), Kraut dazugeben und maximal 10 Minuten andünsten. Es ist fertig, wenn es noch bissfest ist. Mit Salz, Pfeffer und Zimtpulver abschmecken.

WICHTIG: Das Kraut Bissfest lassen.