

Rotkraut

Zutaten:

- 1 Kopf Rotkraut (ca 1,5 kg)
- 1 Zwiebel
- 3-4 säuerliche Äpfel
- 2 Gewürznelken
- 1 Lorbeerblatt
- 30 g Butter
- 1 Tasse Rotwein
- 1 Tasse Wasser
- ½ Tasse Essig
- Quittengelee
- Salz (1 TL), Pfeffer, Gemüsebrühe

Zubereitung:

1. Kraut hobeln oder fein schneiden;
2. Äpfel schälen und vierteln;
3. Zwiebel schälen und mit den Nelken spicken;
4. Das Kraut mit den Äpfeln, der Zwiebel, Wasser, Wein und Essig, der Butter, den Gewürzen und dem Lorbeerblatt unter Rühren aufkochen, dann die Hitze reduzieren und das Gemüse ca. 1 Std. garen;
5. Zum Schluss abschmecken mit Gemüsebrühe, 2-3 EL Quittengelee und evtl. nochmals mit Essig und Wein; ganz zum Schluss etwas Garam Masala zugeben.



Für Menschen mit Abneigung gegen Obst statt Gelee und Äpfeln 1-2 EL ungesunden Zucker zugeben

