



OBST- UND GARTENBAUVEREIN OBERBERKEN E.V.

Der OGV läßt's sich schmecken am 5. Dezember 2016
Das Rezept für den Grünkohl

Zutaten (4 Personen)

1,2 kg Grünkohl (TK)

2 Zwiebeln

25 g Fett

2-3 Fleischbrühwürfel oder entsprechend gekörnte Brühe

Senf

Feine Haferflocken

5 Paar gerauchte fette Würste (im Norden nimmt man Pinkelwürste)

4 Scheiben Kasseler Hals

4 Scheiben gerauchter Bauch

Als Beilage Kartoffeln

Zubereitung:

Die Zwiebeln klein würfeln und im Fett glasig dünsten.

Den Grünkohl zufügen und mit etwas Wasser bei mittlerer/hoher Hitze auftauen, immer wieder umrühren, damit der Kohl nicht anbrennt. Ggf. noch etwas Wasser hinzufügen.

Die Fleischbrühwürfel und 1 Esslöffel Senf hinzufügen.

Von 1 Paar Wurst die Haut abziehen und kleingewürfelt dem Kohl zufügen.

Etwa 1 Stunde köcheln lassen, immer wieder umrühren.

Prüfen, wie weich der Grünkohl schon ist (sollte schon essbar weich sein).

Die Würste und den Bauch hinzufügen. Nach einer halben Stunde das Kassler dazu. Solange köcheln lassen, bis der Kohl schön weich ist. Die Würste, den Bauch, das Kassler rausnehmen und warm halten.

Mit Salz, Pfeffer, wenig Muskat abschmecken. Bei Bedarf mit feinen Haferflocken binden (es sollte keine Brühe mehr vorhanden sein, der Kohl soll eine sämige Konsistenz haben). Aufpassen, dass der gebundene Grünkohl nicht anbrennt.

In der Zwischenzeit die Kartoffeln kochen und schälen. Als Kartoffeln aus der Schale servieren oder vor dem Servieren mit etwas Butter im Backofen oder in der Pfanne leicht anbräunen.