Krautfleckerl

Das Krautfleckerl Rezept ist ein köstliches und traditionelles Gericht aus der österreichischen Küche. Hier mit Schritt-für-Schritt-Anleitung zum Nachkochen.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 30 min

Gesamtzeit: 45 min



Zutaten

1 Kopf	Weißkraut (oder Frühkraut)
250 g	Fleckerl (Nudelfleckerl)
1 Stk.	Zwiebel
3 EL	neutrales Pflanzenöl (oder Schweineschmalz)
1 Stk.	Knoblauchzehe
1 EL	Zucker
1 Prise	Kümmel (ganz oder geschrotet)
	Salz und Pfeffer
1 Spritzer	Apfelsaft (oder Weißwein)

Zubereitung

1. Für die **Kraufleckerl** halbieren wir den Krautkopf und entfernen den Strunk sowie die äußeren Blätter. Anschließend schneiden wir das Kraut in etwa gleich große Vierecke, die ungefähr 1x1 Zentimeter groß sind, ähnlich der Größe der gekochten Fleckerln. Dadurch entsteht ein harmonisches und homogenes Gericht.

2. Die Zwiebel schälen wir und zerhacken sie in mittelgroße Stücke. In einem angemessenen Kochtopf geben wir Öl und lassen die Zwiebel darin glasig anschwitzen. Danach fügen wir den Zucker hinzu, der nun leicht karamellisieren darf und dem Gericht eine angenehme Süße verleiht. Um den Geschmack zu intensivieren, rösten wir kurz Kümmel und zerdrückten Knoblauch mit.

3. Ein Spritzer Apfelessig oder alternativ auch Weißwein wird zum Ablöschen verwendet. Dann geben wir das vorbereitete Kraut hinzu und würzen es mit Salz. Jetzt dünsten wir das Kraut

auf mittlerer Stufe, bis es schön weich ist. Die Dauer variiert je nach Krautsorte, etwa 10-15 Minuten für Frühkraut und bis zu 30 Minuten für Weißkraut. Während des Dünstens rühren wir immer mal wieder um, damit sich das Kraut nicht anlegt und gleichmäßig gart.

4. Parallel dazu stellen wir einen Topf mit Wasser auf und bringen es zum Kochen. Sobald es kocht, salzen wir das Wasser kräftig und kochen die Fleckerl darin bissfest. Nach dem Kochen gießen wir die Fleckerl ab.

5. Ist das Kraut schön weich gedünstet, vermischen wir es mit den gekochten Fleckerln. Nun würzen wir das Gericht mit Pfeffer und können es bei Bedarf abschmecken und nachsalzen. Wer möchte, kann das Gericht mit fein geschnittenem Schnittlauch oder Petersilie dekorieren, was eine frische Note und zusätzliche Geschmacksebene verleiht.

Tipp