

Selchschopf mit Sauerkraut

Selchschopf mit Sauerkraut - Österreichischer Klassiker herzhaft zubereitet. Dieses Hausmannskost-Rezept passt gut in die kalte Jahreszeit und schmeckt der ganzen Familie.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 1,3 h

Gesamtzeit: 1,5 h



Zutaten

für das Selchfleisch

800 g	Selchfleisch (Geselchter Schopf, Selchkarree)
0.5 Stk.	Zwiebel
50 g	Lauch
2 Zweige	frische Petersilie
1 Stk.	Lorbeerblatt
0.5 TL	Pfefferkörner (zerdrückt)
	Salz

für das Sauerkraut

500 g	Sauerkraut
1 Stk.	Zwiebel (mittelgroße)
750 ml	Wasser
1 EL	Mehl
3 Stk.	Wacholderbeeren
4 Stk.	Pfefferkörner
0.5 TL	Kümmel
1 Stk.	Lorbeerblatt
2 Stk.	Knoblauchzehe
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Für den **Selchschopf mit Sauerkraut** zunächst reichlich Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Den geselchten Schopf vorsichtig in das Wasser legen und die Hitze reduzieren. Die Zwiebel schälen, den Lauch putzen und gemeinsam mit den Petersilienstängeln, einem Lorbeerblatt und den Pfefferkörnern zum Fleisch geben. Das Selchfleisch bei niedriger Hitze etwa 1 Stunde leicht wallend garen lassen. Das Wasser sollte dabei nicht stark sprudelnd kochen, damit das Fleisch schön saftig bleibt. Anschließend den Topf vom Herd nehmen und das Fleisch noch etwa 15 Minuten im heißen Wasser ziehen lassen.
2. Während das Selchfleisch gart, das Sauerkraut vorbereiten. Probiere es vor der Zubereitung, denn je nach Sorte kann es unterschiedlich sauer sein. Ist der Geschmack zu kräftig, kannst du das Kraut ausdrücken und danach gut abtropfen lassen. Das Sauerkraut in einen großen Topf geben und mit Wasser aufgießen. Das Kraut mit Wacholderbeeren, Pfefferkörnern, Kümmel und einem Lorbeerblatt würzen. Etwas Salz dazugeben und alles zugedeckt etwa 30 Minuten bei niedriger Hitze sanft sieden lassen. Während dieser Zeit wird das Sauerkraut weich und nimmt die würzigen Aromen der Zutaten auf.
3. Für die Bindung die Butter in einer Pfanne erhitzen. Die fein geschnittene Zwiebel und den gehackten Knoblauch darin glasig dünsten. Anschließend das Mehl darüberstreuen und unter Rühren eine helle Mehlschwitze herstellen. Diese nach und nach unter das Sauerkraut rühren, damit keine Klümpchen entstehen. Das Kraut nochmals etwa 10 Minuten kochen lassen, bis es eine angenehm sämige Konsistenz erreicht hat. Zum Schluss nach Geschmack mit Salz und den übrigen Gewürzen abschmecken.
4. Den Selchschopf aus dem Kochwasser nehmen und in gleichmäßige Scheiben schneiden. Gemeinsam mit dem heißen Sauerkraut und anrichten und heiß servieren.

Tipp

Zum Selchschopf mit Sauerkraut passen besonders gut Erdäpfel, Püree oder Semmelknödel. Wer es traditionell österreichisch mag, serviert dazu auch einen Klecks frisch geriebenen Kren.