

## Ingolf Griese, leckeres gekocht...

Was deftiges...



**Etwas für Gürtelfreunde**

## Sauerkrautliches Festdilemma

### Die Zutaten für etwa 4 Personen:

2 1/1 Dosen Weinsauerkraut, 4 Kassler-Kotelett (ca. 700g), 4 Mettwürstchen, Bauchspeck (ca. 300g), 1 kg Kartoffeln, 2 gr Zwiebeln, 3 Äpfel, 2 Knoblauchzehen

Gewürze nach Geschmacksgefühl verwenden: Kümmel, Senfkörner, Wacholderbeeren, Koriander, 3 Lorbeerblätter, 1 Fleischbouillonwürfel

### Die Zubereitung:

2 1/1 Dosen Weinsauerkraut wässern, 4 Kassler-Kotelett (ca. 700g), 4 Mettwürstchen, Bauchspeck (ca. 300g) in kleine Würfel schneiden, 1 kg Kartoffeln schälen vierteln gar kochen in Salzwasser, 2 gr Zwiebeln klein würfeln, 3 Äpfel entkernen in kleinen Stücken schneiden, 2 Knoblauchzehen klein schneiden.

Gewürze nach Geschmacksgefühl verwenden: Kümmel, Senfkörner, Wacholderbeeren, Koriander, 3 Lorbeerblätter, 1 Fleischbouillonwürfel

Im großen Topf etwas Olivenöl heiß werden lassen, die Zwiebeln mit etwas Zucker und dazu den Bauchspeck auslassen, Äpfel, Knoblauchzehen Kassler, Mettwürstchen, Weinsauerkraut hineingeben, etwa 1 Liter Wasser dazugeben, fertiggaren. Mit geriebenen rohen Kartoffeln die Brühe sämig gestalten. Fertig.

Anrichten. Über Kalorien wurde nicht gesprochen. Es war und ist einfach **mal** lecker.

Dazu reicht man wunderbares Altbier sowie ein Kräuterlikör für den bekömmlichen Abgang.

