

Rezepte von Erika

---

*Krautwickel (einschwäbisches Gericht)*

---

Zutaten:

1 mittelgroßer Krautskopf	2 Eier
600 g gemischtes Hackfleisch	gewürfelter Speck
2 Tassen Reis	Brühwürfel
1 Tube Tomatenmark	1 Zwiebel

Zubereitung:

Für die Füllung:

Hackfleisch gut würzen mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer

Eier, Speck, Reis, gehackte halbe Zwiebel dazugeben und alles gut vermischen

Strunk am Krautskopf abschneiden

Krautskopf in einen Topf mit Essigwasser geben

(Krautskopf muss ganz mit Wasser bedeckt sein)

und solange kochen, bis sich die Blätter ablösen

Abgelöste Blätter mit der Hackfleischmasse füllen und aufwickeln

Den Rest des Krautskopfes in Streifenschnitten und zusammen mit einer

halben Zwiebel andünsten, Tube Tomatenmark hinzufügen und mit Wasser ablöschen

Würzen mit Brühwürfel, Salz, Pfeffer und Chili

Nun die Krautwickel in die Flüssigkeit schichten

(müssen ganz mit der Flüssigkeit bedeckt sein)

und im Schnellkochtopf etwa 25 Minuten kochen

---

*Krautwickel (svábétel).*

---

Összetevők:

1 közepeskáposzta	2 tojás
600 g vegyesdarálthús	kockárávágottszalonna
2 csészerizs	leveskocka
1 tubusparadicsompüré	1 hagyma

Előkészítés:

A töltelékhez:

A darált húst jól fűszerezzük sóval, borssal, cayenne-i borssal.

Adjuk hozzá a tojást, a szalonnát, a rizst, az apróra vágott fél hagymát, és keverjük jól össze.

Vágja le a káposztafej szárát.

Tegyé a káposztafejet egy ecetes vízzel teli edénybe.

(a káposztafejet teljesen le kell fednie a víznek)

és addig főzzük, amíg a levelek le nem válnak

Töltse meg a leválasztott leveleket a darált hús keverékével, és csomagolja be.

A maradék káposztát csíkokra vágjuk, és egy fél hagymával együtt megpirítjuk.

hozzáadjuk a tubus paradicsompürét, és felengedjük vízzel.

Fűszerezzük húsleveskockával, sóval, borssal és chilivel.

Most rétegezzük a káposztacsomagolásokat a folyadékba.

(a folyadékban teljesen el kell fednie)

és főzzük a gyorsfőzőben kb. 25 percig. és főzzük a gyorsfőzőben kb. 25 percig.

Traduit avec DeepL

---

*Krautwickel/ chou farci (un plat souabe).*

---

Ingrédients :

1 chou moyen	2 œufs
600 gr. Viande hachée mixte	lard coupé en dés
2 tasses de riz	cube de bouillon
1 tube de pâte de tomate	1 oignon

Préparation :

Pour la farce :

Assaisonner bien la viande hachée avec du sel, du poivre et du poivre de Cayenne.

Ajouter les œufs, le lard, le riz, le demi-oignon haché et bien mélanger.

Couper la tige du chou. Mettre le chou dans une casserole avec de l'eau vinaigrée.

(le chou doit être complètement recouvert d'eau) et faire bouillir jusqu'à ce que les feuilles tombent

Farcir les feuilles détachées avec le mélange de viande hachée et les envelopper.

Couper le reste du chou en lanières et le faire frire avec la moitié d'un oignon.

Ajouter le concentré de tomates et déglacer avec de l'eau.

Assaisonner avec le cube de bouillon, le sel, le poivre et le piment.

Maintenant, mettez les choux farcis dans le liquide (chou doit être entièrement recouvert), et faites cuire dans l'autocuiseur pendant environ 25 minutes