

Kochtipp: Geschmorter Rotchabis

Zutaten für 10 Personen

1200 g	Rotkohl
180 g	Apfel ohne Kerngehäuse
100 g	Zwiebeln geschält
30 g	Rotweinessig
20 g	Sonnenblumenöl
300 g	Rindsbouillon
1	Nelke (in Stoff eingewickelt)
1	Lorbeerblatt (in Stoff eingewickelt)
3	Wachholderbeeren (in Stoff eingewickelt)
4	Pfefferkörner (in Stoff eingewickelt)
25 g	Risottoreis
80 g	Orangensaft
	Salz
	Pfeffer
40 g	Birnel
20 g	Balsamico
30 g	Johannisbeergelee

Vorbereitung

Rotkohl mit dem Gemüsehobel (Mandoline) oder von Hand fein schneiden. Äpfel vierteln und in feine Scheiben schneiden. Zwiebeln hacken.

Gewürzsäcklein bestehend aus Lorbeerblatt, Gewürznelke, Wacholder und Pfefferkörnern bereitstellen. Rotkohl mit den Apfelscheiben, Rotwein und Rotweinessig 3 Stunden marinieren.

Zubereitung

Sonnenblumenöl in einer Braisiere (Schmortopf) erhitzen. Zwiebeln begeben und dünsten. Rotkohl mit der Marinade begeben, gut vermischen und mitdünsten. Mit Bouillon ablöschen, Gewürzsäcklein und Risottoreis begeben und gut vermischen.

Im Ofen bei einer Temperatur von 175 °C zugedeckt weich schmoren. Während des Schmorens öfters umrühren und allenfalls Flüssigkeit nachgiessen. Kurz vor Ende des Garprozesses Orangensaft und Birnel begeben und fertig schmoren.

Gewürzsäcklein entfernen und das Gemüse mit Balsamico und Johannisbeer-gelee abschmecken. Der Rotkohl sollte einen säuerlich-süssen Geschmack aufweisen. Eine intensivere rote Farbe erhält man durch die Zugabe von Rotweinessig oder Zitronensaft.

ERF Medien, Witzbergstrasse 23, 8330 Pfäffikon ZH
Tel 044 953 35 35 | info@erf.ch
www.erf.ch | www.facebook.com/ERFMedienSchweiz
www.lifechannel.ch | www.facebook.com/RadioLifeChannel
www.tv.erf.ch | www.facebook.com/FensterzumSonntagTalk

