

Polnischer Jagdherrentopf (Bigos)

Zutaten für 4 Portionen

- 250 g Speck, geräuchert
- 250 g Weißkraut
- Lorbeerblatt, Wacholder, Piment
- 250 g Zwiebeln
- 350 g Sauerkraut
- 1 EL Paprikapulver
- 300 g Schweinefleisch, mager
- 100 g Pilze, z. B. Champignons
- 2 EL Tomatenmark
- 1 Wurst, klein, geräuchert
- Salz, Kümmel, Majoran

Nährstoffe: 709 kcal, 7 g Kohlenhydrate, 64 g Fett, 26 g Eiweiß

325

Zubereitung:

Den Speck in kleine Würfel schneiden, auslassen und die gehackten Zwiebeln darin kurz anbraten. Das Fleisch in kleine Würfel, die Wurst in dickere Scheiben, den Weißkohl fein und die Pilze blättrig schneiden. Zusammen mit den Gewürzen und dem Sauerkraut in einen Topf geben. So viel heißes Wasser aufgießen, dass alles knapp bedeckt ist.

Den gut verschlossenen Topf auf kleiner Flamme 1 Std. köcheln lassen. Als Beilage wird typischerweise Brot gereicht. Aufbewahrt im Kühlschrank, hält sich dieser Eintopf mehrere Tage und gewinnt an Geschmack.

Quelle Rezept: BAGSO