

Was koche ich aus Ismaninger Kraut?

Krautwickerl

(12 Stück)

6 große Blätter vom Ismaninger Kraut, halbiert

750 g Hackfleisch (Schwein oder gemischt)

1+2 EL Butterschmalz

2-3 Zwiebeln, gehackt, evtl. 2-3 Zehen Knoblauch

ca. ¼ Liter Milch

2-3 alte Semmeln, gewürfelt

1 Bund glatte Petersilie, gehackt

weitere Kräuter nach Belieben (Thymian, Rosmarin, Majoran ...)

Salz, Pfeffer

80 g rohes, geräuchertes Wammerl, gewürfelt

ca. 750 ccm Fleischbrühe

Kümmel nach Belieben

Äußere Blätter ablösen und wegwerfen. Dann immer vom obersten Blatt die Mittelrippe am Strunk abschneiden, Mittelrippe herausschneiden, Blatt vollends halbieren, dann die Hälften ablösen.

In einem großen Topf mit kochendem Wasser die halben Blätter etwa 2 Minuten blanchieren, dann in kaltem Wasser (Spülbecken) abkühlen.

Fleischteig aus Hackfleisch, in Butterfett angedämpften Zwiebeln (und evtl. Knoblauch), in Milch eingeweichten alten Semmeln, frischer Petersilie und beliebigen Kräutern bereiten, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Fleischteig am dünnen Ende der Blätter auf die Mitte geben, leicht einrollen, dann die Seiten einschlagen, weiter aufrollen.

In einem großen Bräter im restliche Butterfett die Wammerl-Würfel auslassen, dann die Krautwickerl dicht an dicht hineinsetzen und nicht zu heiß anbraten. Nach etwa 5 Minuten wenden und auf der anderen Seite ebenfalls 5 Minuten braten. Mit Fleischbrühe ablöschen und leicht köchelnd zu Ende garen, bis das Kraut weich ist. Dabei ab und zu weiter Brühe zugeben. Nach Belieben mit Kümmel bestreuen.

Nicht sofort verzehrte Krautwickerl lassen sich mit etwas Speckbrühe hervorragend einfrieren.



Bayrisch Kraut

Ca. 1 kg Ismaninger Kraut
2 EL Butter-, Schweine- oder Gänseschmalz
3 geh. EL Wammerl-Würfel
1 Zwiebel
1 EL Puderzucker
2 EL Weinessig
¼ l Fleischbrühe und/oder Weißwein
Kümmel nach Bedarf
Salz und Pfeffer

Kraut in etwa 1 cm breite Streifen schneiden. Im Fett die Wammerl-Würfel auslassen, Zwiebel zugeben und den Puderzucker überstreuen und leicht karamellisieren lassen. Kraut zufügen, kurz leicht andünsten, den Essig und nach und nach Brühe und/oder Weißwein sowie Kümmel zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bei kleiner Hitze zugedeckt gar dünsten (etwa 45 Min.). Je nach Geschmack kann man Wammerl, Zucker oder Essig auch weg lassen.

Krautsalat roh

750 g Ismaninger Kraut
1 EL Salz
50 g geräuchertes Wammerl
1 EL Öl
Kümmel
2-3 EL Weinessig

Strunk entfernen, Kraut sehr fein hobeln und lagenweise mit dem Salz in eine Schüssel geben, dabei etwas kneten und fest einstampfen, damit die Zellen aufbrechen. ½ - 1 Std. durchziehen lassen. Wammerl fein würfeln, im Öl angehen, dann abkühlen lassen und mit dem Kümmel zum Salat geben. Mit Essig anmachen, kein Salz mehr verwenden, Öl nur wenn auf Wammerl verzichtet wird.

Krautsalat angedünstet

1 kg Ismaninger Kraut
2 EL fein gewürfeltes Wammerl
2 EL Butter-, Schweine- oder Gänseschmalz
Salz, Essig, Kümmel
1 EL Öl

Kraut fein hobeln. Wammerlwürfel im Fett andünsten, Kraut zugeben und nur kurz dünsten, es soll noch Biss haben. Mit Salz, Essig, Kümmel und Öl anmachen.