

BLAUKRAUT NACH TIROLER ART



1	kg	Blaukraut
4	Stk	Äpfel
5	EL	Rotweinessig
3	EL	Zitronensaft
2	EL	Zucker
4	EL	Schmalz
2	EL	Ribiselmarmelade
1	Stk	Zwiebel
1		Schuss Rotwein
1	Prise	Salz
6	EL	Apfelmus

Zutaten Gewürze

1	Stg	Zimt
2	Bl	Lorbeer

- 1 Als ersten Schritt das Blaukraut waschen und zu feinen Streifen raspeln. Die Äpfel schälen, entkernen und in Würfel schneiden, dann unter das Kraut mischen.
- 2 Mit Zitronensaft, ein Schuss Essig, Zucker und eine Prise Salz würzen, dann das Apfelmus unterrühren.
- 3 Nun den Zucker in einer Pfanne im Schmalz karamellisieren lassen und mit dem Essig ablöschen.
- 4 Dann die in Ringe geschnittene Zwiebel dazugeben und anschwitzen.
- 5 Zum Schluss das Kraut wird jetzt zusammen mit der Ribiselmarmelade, den Gewürzen und dem Rotwein bei 190 Grad Ober- /Unterhitze im vorgeheizten Backofen etwa 25 Minuten gegart.