

Krautfleckerl nach Wiener Art

Auf dieses typisch österreichische Gericht haben wir definitiv ganzjährig Lust und es ist nicht aus unserer Rezeptesammlung wegzudenken. Es werden nur sehr wenige Zutaten benötigt und ist einfach in der Zubereitung. Lasst euch nicht weiter von mir aufhalten und startet mit dem Kochen...

Rezepttyp

- Hauptspeise
- Rezeptschwierigkeit: einfach
- Zubereitungsdauer :
 - ca. 60 Minuten Zubereitung



Zutaten für 3 Portionen

für das Kraut:

- 800g-900g Weißkraut (Weißkohl) fein geschnitten oder gehobelt
- 2 EL Vollrohrzucker oder weißer Kristallzucker (ca. 20g)
- 2 EL vegane Butter
- 1 große gelbe Zwiebel gewürfelt
- 1 EL Kümmelsamen ganz
- ½ TL Kümmel gemahlen
- 100ml Wasser
- 1 TL Essig
- ½ TL gekörnte Gemüsebrühe
- Salz und Pfeffer

weitere Zutaten:

- 250g gekochte (glutenfreie) Fleckerl oder andere kleine Pasta nach Wahl
- frische Petersilie gehackt

Allergiehinweise

- Glutenfrei

Schritt für Schritt Rezeptanleitung

1. In einer großen Pfanne die Butter schmelzen und den Zucker kurz karamellisieren lassen. Darauf achten, dass der Zucker nicht verbrennt!
2. Die gewürfelte Zwiebel in die Pfanne geben und für ein paar Minuten unter Rühren goldgelb weiterbraten.
3. Das gehobelte Kraut dazugeben und mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen. Einen Deckel auf die Pfanne legen und das Kraut auf kleiner bis mittlerer Hitze weich dünsten – das dauert etwa 30-35 Minuten.
4. Das Wasser mit dem Essig und der gekörnten Gemüsebrühe mischen. Nach und nach etwas von der Wasser-Essig-Mischung begeben. Das Kraut sollte zu keinem Zeitpunkt austrocknen und zum Ende der Garzeit leicht gebräunt sein.
5. Die gekochte und gut abgetropfte Pasta unter das Kraut mischen und alles noch einmal miteinander erwärmen.
6. Mit Salz und Pfeffer würzig abschmecken und mit frischer Petersilie bestreuen! Enjoy 😊



Rezeptbeschreibung

Laut unseren Internetrecherchen hat das Gericht im böhmischen Raum seinen Ursprung, aber ich persönlich habe diesbezüglich meine Zweifel und erkläre das Gericht hiermit offiziell zu einem österreichischen Kulturgut – natürlich nur die rein pflanzliche Version 😊 Die Fleckerl auf dem Foto sind übrigens nicht glutenfrei, wir konnten bis jetzt keine auf dem österreichischen Markt finden. Solltet ihr diesbezüglich mehr wissen, dann wären wir sehr dankbar für diese Information!

Viel Erfolg beim Nachkochen – leben und leben lassen, ist das Motto!

Herzliche Grüße aus der Pflanzenküche!

Meli & Gorik