



ANETA JAROMIN
 Rarehouse, Frechen
 Wurzeln in Polen

Bigos

POLNISCHER KRAUTEINTOPF

ZUTATEN

- 1000 g frisches Sauerkraut
- 700 g Weißkohl
- 1000 g Fleisch (gemischt: Rind, Schwein, Geflügel)
- 300 g Wurst (Krakauer, Schlesische Wurst und/oder Kabanossi)
- 5 g getrocknete Waldpilze,
- 3 Zwiebeln

- 500 ml Wasser
- etwas Schweineschmalz
- 100 g Tomatenmark
- 5 Pimentkörner,
- 3 Lorbeerblätter
- ein paar Wacholderbeeren,
- Maggi, Majoran, Pfeffer, Salz

ZUBEREITUNG

1. Schweineschmalz in einer Pfanne erhitzen, das Fleisch in nicht allzu kleine Stücke schneiden und darin anbraten. Bitte nur eine Pfanne verwenden, damit der Bratengeschmack später auch im Bigos sein wird. Dabei immer nur so viel Fleisch gleichzeitig in die Pfanne geben, daß alles nebeneinander Platz hat. Es ist besser es in mehreren Portionen nacheinander anzubraten und dann wie unten beschrieben nacheinander in einen großen Topf umfüllen.
2. Das Sauerkraut und das zuvor angebratene Fleisch aus der Pfanne inkl. Bratensud in einen großen Topf füllen; – alles ca. 15 min. kochen lassen.
3. Eingeweichte kleingeschnittene Pilze (aus dem Wasser nehmen – nicht das Wasser wegschütten!) kurz in der Pfanne anbraten und danach ebenfalls in den Topf geben.
4. In der Pfanne eine Zwiebel glasig anbraten, den Weißkohl in ca. 5 cm lange Stücke schneiden und hin

zufügen; – alles für ca. 15 min köcheln lassen. Sobald der Weißkohl leicht zusammengefallen ist, kommen Piment, Lorbeerblätter, Wacholderbeeren, Kümmel, Majoran ebenfalls in den großen Topf.

5. In der Zwischenzeit eine weitere Zwiebel schälen, würfeln und in der Pfanne im verbliebenen Bratensud anschwitzen. Die zuvor in nicht zu kleine Stücke geschnittene Wurst kurze Zeit darin anbraten und ebenfalls in den großen Topf geben.
6. Eine letzte Zwiebel schälen, würfeln, glasig anbraten, das Tomatenmark hinzufügen, sowie das Einweichwasser der Pilze. Mit Salz und Pfeffer würzen. Und erneut in den großen Topf geben.
7. Der große Topf ist nun komplett mit allen Zutaten aufgefüllt; – das alles nun für ca. 45-60 min auf kleiner Hitze köcheln lassen. Gegebenenfalls noch etwas Flüssigkeit hinzugeben. Insbesondere das Fleisch sollte nach dem Kochen schön weich sein.