

Rezept aus der Sendung "Tim Mälzer kocht"

samstags, 15.30 Uhr im Ersten

Sauerkraut

(Sendung vom 26.03.2011)



Zutaten

- 1 Gemüsezwiebel
- 5 El Olivenöl
- 1 kg frisches Sauerkraut
- 2 El Tomatenmark
- ½ El Honig
- 1 Tl Kümmelsaat
- 3-4 El getrocknete Cranberrys
- Salz

Zubereitung

1. Zwiebel in halbe Ringe schneiden. Öl erhitzen und die Zwiebeln darin glasig braten. Sauerkraut in ein großes Sieb geben, mit kaltem Wasser abspülen und kräftig ausdrücken.
2. Tomatenmark zu den Zwiebeln geben und kurz mitbraten. Honig und Kümmel zugeben. Sauerkraut, Cranberrys und 300 ml Wasser untermischen, salzen. Unter Rühren erhitzen und zugedeckt 20-30 Min. bei mittlerer Hitze schmoren. Zum Schweinefilet servieren.

Für 4 Portionen

Zubereitungszeit: 30 Minuten