

Eisbein mit Sauerkraut

Fleisch-Schwein

Evtl. Marinierzeit¹: ~12 Stunden
Vorbereitungszeit: 15 Minuten } 2¼ Stunden
Zubereitungszeit: 120 Minuten }

ZUTATEN / Portionen			4	6
Eisbein	gepökelt	kg	~ 2 bis 3	
	Wasser	ml	1250 - 2000	
	Salz grob	EL	2	
Sauerkraut	frisch (evtl. Dose)	g	750	1000
	Weißwein	ml	125 - 200	
	Zwiebel	St	1	
	Lorbeerblatt	St	1 - 2	
	Nelken	St	3 - 4	
	Wacholderbeeren	St.	5 - 7	
	Apfel (evtl.)	St.	1 - 2	
	Kartoffel mehlig	St.	1 große	
	Pfeffer und Salz			
	Zucker			
Kartoffelpüree	Kartoffeln	g	1000	1500
	Milch	ml	250 - 375	

¹ Wenn das Eisbein nicht gepökelt ist, das Eisbein mit reichlich Meersalz und einem Löffel Zucker einzureiben und es 12 Stunden im Kühlschrank zugedeckt ziehen zu lassen.

Sonst: Fleisch in Gefrierbeutel in Lake aus 1000 ml Wasser, 100 g Pökelsalz, 10 g Zucker übergießen und 1 Woche ziehen lassen.

VORBEREITUNG / ZUBEREITUNG:

1. Eisbein unter fließend kaltem Wasser abspülen, mit Salz und Wasser in einen Topf geben, zum Kochen bringen und etwa 90 Minuten mit Deckel kochen.
2. In der Zwischenzeit Sauerkraut locker zupfen. Zwiebel abziehen und mit Nelken und Lorbeerblatt spicken. Wenn gewünscht Äpfel achteln und Kerngehäuse entfernen.
3. Kartoffeln für das Püree vorbereiten.
4. Nach Beendigung der Kochzeit das Fleisch herausnehmen, die Brühe durch ein Sieb gießen, auffangen, und davon etwa 375 ml abmessen (die Flüssigkeitsmenge richtet sich nach der Beschaffenheit des Sauerkrauts) zusammen mit dem Wein in den Topf geben.
5. Sauerkraut, Zwiebel, Lorbeerblatt, Nelken und Wacholderbeeren Apfel in die Kochbrühe geben, Eisbein hinzufügen, alles zum Kochen bringen und noch etwa 30 Minuten mit Deckel bei mittlerer Hitze kochen. Nach Bedarf noch etwas Kochbrühe zugeben.
6. In der Zwischenzeit Kartoffel schälen. Nach Beendigung der Kochzeit die Kartoffel reiben, zu dem Sauerkraut geben und nochmals kurz aufkochen, damit es sämig wird. Das Sauerkraut mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Die Eisbeine mit dem Sauerkraut servieren.

- dazu **Kartoffelpüree** servieren