

# GEFÜLLTER KRAUTKOPF - GEFÜLLTES KRAUT

Vorbereitungszeit 30 Minuten | Kochzeit 60 Minuten |

Leicht



Krautkopf oder auch Krautkopp, ist ein Gericht aus meiner Kindheit. Dabei handelt es sich um einen mit Hackfleisch gefüllten Weißkohl. Am besten schmeckt es mit Pellkartoffeln. Einige Rezepte machen aus der Brühe, die beim Kochen entsteht, noch eine gebundene Soße. Ich esse es aber am liebsten einfach nur mit der Brühe, in die ich die Kartoffell zerdrücke. Das Gericht ähnelt in der Zubereitung sehr den Kohlrouladen. Nachkochen lohnt sich!

## Schritt 01

Eine Zwiebel in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit dem Öl anschwitzen, bis sie glasig sind. Auf einen Teller geben und abkühlen lassen.

## Schritt 02

Einen [großen Topf\\*](#) mit Wasser zum Kochen aufstellen. Das Bröchen in der Flüssigkeit einweichen. Den Kohlkopf waschen und vorsichtig den Strunk entfernen. Das Wasser gut salzen sobald es kocht und den Kohlkopf im Ganzen mit dem Strunk nach oben hineingeben. Mit geschlossenem Deckel kochen. Die Blätter werden sich nach und nach lösen.

Sie sollten so lange kochen, bis sie so weich sind, dass man sie problemlos einrollen kann. Dauert etwa 5-10 Minuten. Die Blätter in kaltem Wasser abschrecken und auf einem Tuch abtropfen lassen.

#### **Gemüsebrühe:**

Wenn der Weißkohl fertig ist, eine kleingeschnittene Zwiebel, die Karotten und den Sellerie in den Topf mit dem Kohlwasser geben. 2 Lorbeerblätter dazu und mit Deckel für 20 Minuten leicht köcheln lassen.

## **Schritt 03**

Das Hackfleisch mit den Eiern in eine Schüssel geben. Das Brötchen gut ausdrücken und ebenfalls dazugeben. Die abgekühlte Zwiebel dazugeben. Mit Salz, Pfeffer aus der Mühle und etwas frisch geriebener Muskatnuss würzen. Die Petersilie waschen, trockenschleudern und grob kleinschneiden. Die Masse gut mit den Händen durchkneten, bis sie schön bindet.

## **Schritt 04**

Einen [gusseisernen Topf\\*](#) oder alternativ auch einen normalen Topf mit etwas Butter oder Öl fetten und mit ein Paar Kohlblättern den Boden auslegen. Den Strunk kann man vorher herausschneiden. Ein paar Blätter zum Abdecken aufbewahren, den Rest klein schneiden. Einen Teil auf die unterste Kohlschicht geben, dann die Hälfte der Hackmischung darüber verteilen. Wieder etwas Kohl und ein wenig Kümmel und wieder Hackfleisch. Zum Schluss nochmals etwas kleingeschnittenen Kohl darauf verteilen und mit den übrigen Blättern abdecken.

## **Schritt 05**

Mit etwas Gemüsebrühe auffüllen und mit Deckel abgedeckt im Ofen bei 180 °C Ober-/Unterhitze für etwa 1 Stunde garen. Alternativ kann man den Krautkopf auch auf dem Herd garen. Dann einmal aufkochen, die Hitze herunterdrehen und mit Deckel ebenfalls für etwa 1 Stunde köcheln.

\* Mit dem Kauf dieser Produkte bekomme ich eine kleine Provision. Ihr unterstützt damit meinen Kanal. Für euch bleibt der Preis allerdings gleich, es kostet also nicht mehr.

## Meine Pfannen und Töpfe\*

### Kohlrouladen mal anders - Krautkopf oder gefülltes Kraut - Mamas Rezept

#### Zutaten

- 1 Kopf Weißkohl

#### Hackfleischfüllung:

- 800 g Hackfleisch (gemischt oder Rind/Schwein)
- 1 Zwiebel
- 2 Eier
- Salz, Pfeffer
- Etwas Muskatnuß (optional)
- 1 Brötchen vom Vortag
- Etwas Milch oder Wasser zum Einweichen des Brötchens
- 1 Handvoll Blattpetersilie

#### Gemüsebrühe:

- 1 Zwiebel
- 2 große Karotten
- 1/4 Kopf Sellerie
- 2 Lorbeerblätter

Wie gefällt dir das Rezept?

Klicken Sie auf einen Stern, um dieses Rezept zu bewerten!

Bewertung abgeben

Durchschnittliche Bewertung 4.1 / 5. Anzahl der Bewertungen 56

Bisher noch keine Bewertung! Seien Sie der Erste, der dieses Rezept bewertet.

## Mein Backbuch\*: