

**SAUERBRATEN WIE SIGI IHN LIEBT**  
**nach badischer Art**  
**für 4 Personen**

Du brauchst:

1000 bis 1200 g Rinderbraten

1 Bund Suppengemüse

2 Zwiebeln

2 Nelken

2 Lorbeerblätter

10 Pfefferkörner

5 Wacholderbeeren

Salz, Zucker

400 ml roter Traubensaft

125 ml Essigessenz

Öl zum Braten

2 TL Speisestärke

2 Ei kalte Butter

So geht's:

Den Braten abspülen und trocken tupfen. Wenn nötig, größere Sehnen entfernen.

Das Gemüse waschen, nicht schälen (auch die Zwiebeln nicht) und in grobe Stücke schneiden. Für die Beize Traubensaft und Essigessenz mit 125 ml Wasser mischen. Je 1 TL Salz und Zucker einrühren.

Den Braten in ein passendes, verschließbares Gefäß legen. Die Gewürze und das Gemüse dazugeben und mit der Beize übergießen. Den Behälter gut verschließen. Bis zu drei Wochen, mindestens aber drei Tage im Kühlschrank marinieren lassen. Wenn der nicht ganz bedeckt ist, zwischendurch wenden.

Am Tag der Zubereitung den Braten aus der Marinade nehmen und trocken tupfen. Die Marinade durch ein Sieb gießen. Wir benötigen nur noch die Beize.

Den Backofen auf 170 Grad vorheizen. Öl in einem großen Bräter erhitzen. Den Braten darin von allen Seiten kräftig anbraten. Mit der Beize ablöschen. Den Bräter in den heißen Ofen stellen und in eindreiviertel bis zwei Stunden das Fleisch darin garen. Zwischendurch wenden.

Nach der Garzeit den Bräter aus dem Ofen nehmen. Fleisch herausnehmen und in Alufolie einwickeln. Zurück in den ausgeschalteten Ofen legen.

Die Soße auf dem Herd aufkochen und etwas einkochen lassen. Mit Stärke abbinden. Dazu die Speisestärke mit 1/2 Tasse kaltem Wasser glattrühren und mit einem Schneebesen in die Soße rühren. Den Herd runterstellen und kalte Butter in die Soße geben. Gründlich einrühren. Die Soße soll jetzt nicht mehr kochen. Zum Schluß mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Den Braten auswickeln und in Scheiben schneiden. Mit der Soße, Rotkohl und Klößen anrichten.

## ROTKOHL für 4 Personen

Du brauchst:

1 kleiner Kopf Rotkohl (ca. 1000 g),  
1 Zwiebel  
100 g Butter  
250 ml Traubensaft  
1 EL Essigessenz  
6 EL Balsamicoessig  
3 EL Preiselbeeren aus dem Glas  
1 Orange  
je 2 TL Salz, gemahlener Pfeffer und Zucker  
ein Teesäckchen mit: 4 Nelken, 6 Wacholderbeeren,  
4 Pimentkörnern, 2 Lorbeerblättern

So geht's:

Den Rotkohl zerteilen und hobeln oder mit einem scharfen Messer in feine Streifen schneiden. Die Zwiebel fein würfeln.

In einem großen Topf das Fett erhitzen. Den Rotkohl und die Zwiebeln andünsten. Am besten portionsweise hinzugeben, dann passt alles rein. Der Rotkohl fällt zusammen, wenn er angedünstet wird. Heiß werden lassen. Immer wieder umrühren, damit nichts anbrennt.

Mit Traubensaft, Essigessenz und Balsamico ablöschen. Schale der Orange fein abreiben und mit dem Johannisbeer-gelee und den Gewürzen zugeben. Zuletzt das Gewürzsäckchen hineinlegen.

Keine Sorge Die Flüssigkeit scheint erst wenig, reicht aber aus,

weil der Kohl auch noch welche abgibt.

Mindestens 1 Stunde schmoren lassen. Abschmecken und gegebenenfalls mehr Balsamicoessig, Salz, Pfeffer oder Zucker zugeben. Den Topf über Nacht im Kühlschrank (oder im Winter draußen) stehen lassen.

Vor dem Servieren noch einmal gut erwärmen und abschmecken.

## **KARTOFFELKLÖBE** **für 4 Personen**

Du brauchst:

800 g mehligkochende Kartoffeln  
200 g Kartoffelmehl  
Salz

So geht's:

Die Kartoffeln in der Schale weich kochen und auskühlen lassen.  
Das geht auch am Vortag.

Pellen und stampfen oder durch die Kartoffelpresse drücken  
(dann werden die Klöße feiner).

Einen großen Topf mit Salzwasser aufkochen.

Kartoffeln mit Kartoffelmehl, 1,5 TL Salz und ca. 150 ml Wasser  
mischen. Mit den Händen gut durchkneten.  
Mit feuchten Händen Klöße formen.

Wenn das Wasser kocht, die Hitze reduzieren. Die Klöße ins  
Wasser geben. Es darf jetzt nicht mehr kochen. Etwa 20 Minuten  
ziehen lassen.