

15 MIN

ZUBEREITUNGSZEIT



60 MIN

GESAMTZEIT

Zutaten für 4 Portionen

- 1 kg Rotkohl
- 2 Zwiebeln
- 1 Apfel
- 2 EL Zucker
- 2 EL Balsamico-Essig
- 2 [Lorbeerblätter](#)
- 6 Gewürznelken
- 1 Stange Zimt
- 100 ml Apfelsaft
- 200 ml Wasser
- 1,5 TL Salz



optional

- 2 Wacholderbeeren

zum Anbraten:

- 25 g Butterschmalz

Zubereitung:

1. Entferne die äußeren Blätter vom Rotkohl. Halbiere ihn mit einem großen, gezackten Messer und schneide ihn dann längs in Viertel. Entferne den Strunk. Schneide den Rotkohl in 3-5 mm dünne Streifen. Du kannst auch einen Gemüsehobel nutzen.
2. Schäle eine Zwiebel und den Apfel. Schneide sie in kleine Würfel. Erhitze das Fett in einem großen Topf und brate die Zwiebel- und Apfelwürfel darin goldgelb an. Rühre den Zucker unter.
3. Gib den geschnittenen Rotkohl, den Apfelsaft, den Essig sowie das Wasser hinzu. Schäle die zweite Zwiebel und stecke die Nelken hinein. Gib sie mit dem Zimt, den Lorbeerblättern und bei Belieben mit Wacholderbeeren dazu. Bring den Rotkohl zum Kochen und lass ihn 45 Minuten mit angekipptem Deckel köcheln. Koste ihn dann und verlängere die Kochzeit, wenn er dir noch zu fest ist.
4. Entferne die Gewürze und schmecke den Rotkohl mit Salz und Essig ab.

Nährwerte pro Portion: 202 kcal | KH 26,1 g | E 4,5 g | F 6,9 g



Ein Rezept von Familienkost.de



Besuch uns gern wieder auf **familienkost.de** und stöbere in unserem **Shop**.