

## Die heimatliche Kochecke!

### Sarmale aus Sauerkraut - Krautwickel

#### Zutaten:

1 großer Kopf selbstgesäuertes Kraut oder 2 mittlere,  
750 g gehacktes Rind- und Schweinefleisch,  
2 Zwiebeln,  
150 g Reis (4-5 Eßl.),  
1 Eßl. Schmalz,  
schw. Pfeffer,  
Salz nicht viel,  
1 Teel. Rosenpaprika,  
Speckschwarten-, Speck oder Rauchfleischreste zum Dazwischenlegen,  
kochendes Wasser zum Auffüllen.

Den Reis roh dazu tun, nach Belieben vorquellen. Ist das Kraut schon sehr sauer, wird es eine Nacht vorher in kaltes Wasser gelegt. Variationen der Füllung: Die meisten Bäuerinnen nahmen anstelle von Frischfleisch nur grobgewürfeltes Rauchfleisch, weil das immer vorhanden war; **das Salz entfällt dann ganz**. Andere wiederum liessen halb Schweine-, halb Rauchfleisch zusammen durch den Wolf, oder sie mischten das grobgewürfelte Rauchfleisch unter das frische Hackfleisch.

**Zubereitung:** Aus dem Hackfleisch bzw. dem grobgewürfelten Rauchfleisch, gehackten Zwiebeln, Reis, Pfeffer, Salz und Rosenpaprika eine Füllung herstellen. Die Krautblätter werden vorsichtig vom Krautkopf abgemacht und die dicken Rippen daran abgeschnitten. Ist das Krautblatt sehr groß, wird es in entsprechend kleine Felder geschnitten, denn die **Sarmale** sollen höchstens eigroß sein. Ist das Blatt klein, besonders in der Mitte des Krautkopfes, läßt man es ganz. In einer entsprechenden Kasserolle belegt man den Boden mit ein wenig nudliggeschnittenem Sauerkraut. Hierzu verwendet man die Blattabfälle und die abgeschnittenen Blattrippen. Die zurechtgeschnittenen Blätter werden folgendermaßen gefüllt: Man legt eigroß von der Füllung darauf, rollt einmal auf, schlägt von beiden Seiten das Blatt nach innen und rollt völlig auf. Die **Sarmale** müssen wie eine kleine Rolle aussehen, denn ihr Ursprungsland ist Mazedonien und dort heißt eine Rolle »**sarma**«. Die fertig gewickelten **Sarmale** werden kreisförmig in die Kasserolle geschichtet, dazwischen und auch obenauf Schwarten-, Speckoder Rauchfleischreste gelegt, mit feingeschnittenem Sauerkraut abgedeckt, Schmalz daraufgelegt, kochendes Wasser darüber gegossen, den Wasserspiegel muß man sehen, ankochen und zugedeckt ins Backrohr schieben, wo sie etwa 2 Stunden langsam vor sich hinkochen müssen. Etwas kochendes Wasser nachgießen, denn das Gericht darf nicht völlig trocken auskochen, aber auch nicht schwimmen. Dazu Kartoffelstampfer, Salzkartoffeln, Mamaliga (Polenta) oder auch nur Brot.

Gerlinde Stiller