

Sarma (Sauerkraut-Hackfleisch-Rollen)

Zutaten

Für 4-6 Personen

Füllung:

1 Zwiebel, gehackt
1-2 Knoblauchzehen, gehackt
700 g Hackfleisch, gemischt
Bratbutter oder Bratcrème
80 g Langkornreis
Salz
Pfeffer
Paprika
½ Bund Petersilie, gehackt
1 Ei

2 Sauerkrautköpfe (Varazdinski-Sauerkraut oder Sarma-Kraut)

Bratbutter
300 g Kochspeck, in Stücke geschnitten
1 Lorbeerblatt
Salz
Zucker



Zubereitung

1. Für die Füllung Zwiebeln, Knoblauch und Hackfleisch in Bratbutter anbraten, Reis beifügen und kurz mitbraten. Leicht auskühlen lassen, würzen und Ei darunter rühren.
2. Von den Sauerkrautköpfen vorsichtig die Blätter abtrennen. Bei allen Blättern das Strunkstück herausschneiden, grosse Blätter halbieren. 1 EL Füllung auf ein Blatt setzen. Blatt auf der linken Seite einschlagen, von unten nach oben aufrollen und loses Blattteil auf der rechten Seite in die fertige Rolle stossen. Weiterfahren, bis alle Füllung aufgebraucht ist.
3. Bratbutter in eine grosse Pfanne geben. Die Hälfte des restlichen Krautes in feine Streifen schneiden, in die Pfanne geben. Die erste Hälfte der Rollen kreisförmig darauf legen. Speck darauf verteilen, zweite Hälfte einfüllen. Restliches Kraut darauf legen.
4. Wasser in die Pfanne geben, bis die Rollen bedeckt sind. Lorbeerblatt beifügen. Aufkochen, dann bei kleiner Hitze 3 Stunden köcheln. Bei Bedarf Wasser nachfüllen. Am Ende der Kochzeit Flüssigkeit abschmecken, evtl. mit Salz und Zucker würzen.

Dazu passen Brot oder Gschwellti.

Varazdinski-Sauerkraut oder Sarma-Kraut findet man vakuumverpackt in grösseren Migros-Filialen oder in jugoslawischen oder türkischen Lebensmittelläden.

Statt Kochspeck können geräucherte Rippli mitgekocht werden. Diese allerdings nur während der letzten paar Minuten mitkochen.



Schweiz. Natürlich.



Nährwerte

Eine Portion enthält: 152 kcal, 9g Eiweiss, 1g Fett, 26g Kohlenhydrate.



Schweiz. Natürlich.



Weitere 7000 Rezepte finden Sie auf www.swissmilk.ch/rezepte

2 / 2