



Streckenzeit: circa 1,5 h



Seemannskohl mit Curry und Kohlwurst

Anmerkung: Der Seemannskohl schmeckt am besten mit Weißkohl, weil er am knackigsten bleibt. Alternativ kann er auch mit Spitzkohl oder Wirsing zubereitet werden. Die Wahl des Currys ist Geschmacksache, ebenso der Schärfegrad.

Zubereitung: Sellerie, Möhren, Zwiebeln und Speck in gleichmäßig große Würfel schneiden. Optionalen Knoblauch fein hacken, das optionale Schweinefleisch in etwa 2 cm große Würfel schneiden. Den Weißkohl in feine Streifen schneiden. Die Zutaten bereithalten.

Sellerie- und Möhrenwürfel in Öl und 1 EL Butter in einer Pfanne bräunen. Eine Prise Currypulver darüberstreuen und anrösten. Gemüse nach 5 Min. herausnehmen. Dann das Schweinefleisch mit 1 EL Butter in derselben Pfanne anbraten. Knoblauch kurz mitbraten, weiteres Curry darüber streuen. Fleisch herausnehmen und mit dem Gemüse bereit halten.

Die Speckwürfel in einem großen Topf knusprig auslassen und herausnehmen. Im Speckfett die Zwiebelwürfel glasig anbraten. Noch 1 Stück Butter hinzufügen und gut umrühren. Die Butter und die Feuchtigkeit in den Zwiebeln helfen, den Bratensatz vom Boden zu lösen. Restliches Currypulver (und/oder Kurkuma, Chiliflocken, Kumin) und den Kohl zu den Zwiebeln in den Topf geben und alles gründlich umrühren. Schuss Wasser (ca. 150 ml), Wacholderbeeren, Kümmel, das geröstete Gemüse, Schweinefleisch und Speck hinzufügen und umrühren. Den Topf mit Deckel zudecken und für 1/2 bis 3/4 Stunde leise köcheln lassen.

In der Zwischenzeit Kartoffeln schälen und vierteln oder achtern. Kohlwürste in Scheiben schneiden. Kartoffeln und Wurst zum Kohl geben und gut unterrühren. Topf zudecken und so lange köcheln lassen, bis die Kartoffeln gar sind. Falls das Gericht droht anzubrennen, noch einen Schuss Wasser hinzufügen. Zum Schluss mit Pfeffer aus der Mühle und Salz abschmecken. Wer es süß-säuerlicher mag, kann noch mit einer Prise Zucker und einem kleinen Schuss Essig nachhelfen.

Werkzeuge: mittlere Pfanne, großer Topf, Messer, Brett, Kochlöffel

Tipp: Wenn ihr Kohl länger lagern wollt, pellt die Kohlblätter am besten von außen nach innen ab. Dann bleibt der Kohlkopf intakt. Kühl und dunkel in ein feuchtes Tuch verpackt, hält er länger

Die Zutaten für 4 Portionen

- 1/2 Weißkohl (ca. 1kg)
- 2 mittelgroße Karotten
- 1 Stück Sellerieknolle
- 1 große Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe (optional)
- 4 mittlere Kartoffeln
- 1 Schweineschnitzel, 200g (optional)
- 100 g geräucherter Bauchspeck
- 2 - 4 Kohlwürste (je nach Größe)
- 1 EL indische Currymischung (nach Wahl)
- 1,5 TL Kümmel
- 1/2 TL Chiliflocken (optional)
- 1 TL Kurkuma (optional)
- 1 TL Kumin
- 2-3 EL Butter
- Pflanzenöl zum Braten
- 8 Wacholderbeeren
- Meersalz, schwarzer Pfeffer
- Prise Zucker und Spritzer Essig zum Abschmecken (optional)

Zum Servieren:

Gebuttertes Roggenbrot und kaltes Bier



[Mehr Info hier:](#)