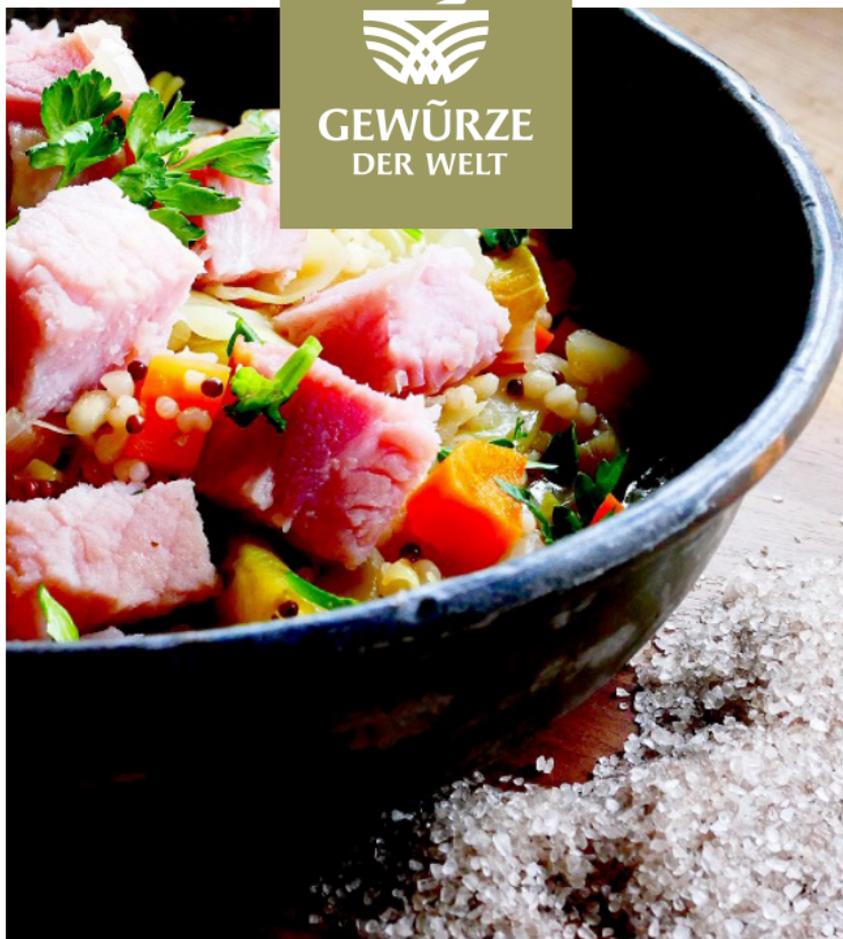




GEWÜRZE
DER WELT



Rezeptkarte N° 186

Graupen-Gemüse mit Schäufele auf badische Art

Zutaten für 4 Personen

- 2 Zwiebeln (gewürfelt)
- 2 Karotten (gewürfelt)
- 200 g Spitzkraut (2 x 2 cm große Blätter)
- 2 Knoblauchzehen (mit dem Messer angedrückt)
- 100 g Butter
-  1 EL braune Senfkörner
- 150 g Perlgraupen
-  150 ml Verjus
-  2 Liter Gemüsebrühe
-  4 Lorbeerblätter
- 800 g Schaufele ohne Knochen
-  Schwarzwälder Rauchsalm
-  schwarzer Pfeffer
-  3 EL Petersilie
- Optional: 2 EL scharfer Meerrettich

Rezept

In einem großen Topf die Butter aufschäumen lassen und Zwiebeln, Karotten, Weißkraut und Knoblauch darin anbraten, bis das Gemüse etwas Farbe angenommen hat. Senfkörner und Graupen hinzufügen, eine Minute mitbraten und mit dem Verjus ablöschen. Gemüsebrühe, Lorbeerblätter und das Schaufele hinzufügen. Den Deckel auflegen und bei geringer Hitze 2 Stunden garen. Gegen Ende der Garzeit mit Schwarzwälder Rauchsalm und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch aus dem Topf nehmen und würfeln. Zusammen mit der Petersilie wieder in den Topf geben und nochmals aufkochen. Mit Meerrettich servieren.

Guten Appetit!