

Gewickelte Krautkrapfen und Krautsalat-Wraps

Krapfen für 4 Personen, Wraps für 2 Personen:

KRAUTKRAPPEN-FÜLLUNG

500 g Sauerkraut aus dem Glas
150 g geräucherter Bauchspeck
100 ml trockener Weißwein (oder hellen Traubensaft)
1 Zwiebel
1 EL Schweineschmalz (alternativ Butterschmalz)
1 EL Zucker
1 TL Speisestärke
1/2 TL Kümmelsamen
schwarzer Pfeffer aus der Mühle
Salz

KRAUTKRAPPEN

300 g Weizenmehl (Type 405) plus etwas Mehl zum Bestauben
150 bis 200 ml Rinderbrühe
2 Eier
2 EL Schweineschmalz (alternativ Butterschmalz)
1 große Prise Salz

WRAPS MIT MANGO UND SPITZKOHLSALAT

200 g Spitzkohl
1/2 reife Mango
2 große Tortilla-Fladen
2 Bioeier, hart gekocht
2 EL Mayonnaise (80 Prozent Fett)
heller Balsamico-Essig
2 EL Zucker
1 Prise Salz



Bild: Jens Trocha/MDR

Zubereitung

Für die **Füllung** die Zwiebel schälen und hacken, den Speck fein würfeln. Schmalz in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin farblos anschwitzen. Speck zugeben und anbraten. Sauerkraut abgießen und einrühren. Kümmelsamen und Zucker zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Weißwein (oder Traubensaft) sowie 400 ml Wasser hinzugießen und 60 Minuten sanft köcheln lassen. Speisestärke mit 1 bis 2 EL kaltem Wasser glatt rühren, zum Binden in die Füllung einrühren und vollständig auskühlen lassen.

Für die **Krautkrapfen** Mehl, Salz, Eier und 3 EL Wasser zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten und in Frischhaltefolie gewickelt 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen. Den Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche zu einer dünnen Platte (30 cm mal 40 cm) ausrollen. Die Füllung auf die Teigplatte streichen und wie einen Strudel von der Längsseite her aufrollen. Die Rolle in 5 cm lange Stücke schneiden.

Schmalz in einer Pfanne erhitzen. Die Teigstücke mit den Schnittflächen hineinsetzen und leicht anbraten. Dann etwa 125 ml Brühe aufgießen und die Krautkrapfen abgedeckt 30 Minuten bei niedriger Hitze dünsten, zwischendurch wenden, nach Bedarf Brühe nachgießen und von der anderen Seite knusprig braten.

Für die **Wraps** Spitzkohl waschen, in dünne Streifen schneiden und in eine große Schüssel füllen. Mayonnaise, Balsamico-Essig, Zucker und etwas Salz verrühren, über den Spitzkohl geben und mit den Händen gut kneten. Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Stein lösen, in Würfel schneiden und unter den Spitzkohl mischen. Das Krautsalat-Gemisch auf den Tortilla-Fladen verteilen. Gekochte Eier schälen, vierteln und darauf verteilen. Die Fladen zu Wraps aufrollen, dabei die Seitenränder etwas einschlagen. Dann jeweils quer halbieren.

Tipp

Die Krautkräpfen gleich aus der Pfanne servieren.