

# Rezepte vom Eichenhof

Rund um den Kohl oder wie der Rheinhesse sagt: „Kappes“

## Weißkohl Hackfleisch Auflauf

### Zutaten:

**1 Weißkohl (ca. 1 kg)**  
**1 Eßl. Schweineschmalz**  
**2 Zwiebeln**  
**600 g Mett**  
1 Teel. Paprikapulver  
**¼ l Fleischfonds**  
1 Eßl. Tomatenmark  
**75 g geriebener Käse**  
**2 Eier**  
**¼ l Milch**

### Zubereitung:

Weißkohl vierteln äußere Blätter und Strunk entfernen. Den Kohl in feine Streifen schneiden. Die Zwiebeln würfeln.  
In einem großen Topf das Schmalz erhitzen und das Mett und die Zwiebeln anbraten. Den Kohl und das Paprika dazugeben und umrühren. Fleischbrühe und Tomatenmark hinzugeben und das Ganze etwa 30 Minuten dünsten.  
Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Die Hackfleisch-Kohl Masse in eine Auflaufform füllen. Eier mit Milch verrühren und über darüber gießen. Käse drüberstreuen.  
Das Gericht im Backofen ca. 40 Minuten Backen

Dazu passt: **Baguette** oder **Salzkartoffeln**

## Wirsing mit Rindfleisch und Meerrettichsoße

### Zutaten:

**1 kg Tafelspitz oder Mittelbug**  
**1 Suppengrün**  
**1 Zwiebel**  
3 Wachholderbeeren  
1 Lorbeerblatt  
2 Teel. Salz  
*Für das Gemüse:*  
**1 Wirsing**  
**1 Esslöffel Butter**  
**1 Zwiebel**  
**1 Teel. Klare Brühe von Erbacher**  
1 Teel. Salz  
Muskat, gemahlen  
*Die Soße:*  
**1 - 2 Gläser Meerrettichsoße vom Eichenhof**

### Zubereitung:

Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Das Suppengrün putzen und klein schneiden. Die Zwiebel würfeln.  
Zusammen mit den Gewürzen in das kochende Wasser geben.  
Wenn das Wasser wieder sprudelnd kocht, das Rindfleisch hinzugeben und etwa 90 Min. kochen lassen.  
In der Zwischenzeit Wirsing putzen und grob hacken. In einem großen Topf etwa 2 L Wasser zum Kochen bringen und das Gemüse darin ca. 10 Min. kochen. Wenn die Blattrippen noch etwas Biss haben, das Wirsing abgießen. Die Gemüsebrühe auffangen. Butter bei mittlerer Hitze zerlassen und die Zwiebeln darin andünsten. Wenn die Zwiebeln glasig sind, Mehl hinzufügen und kurz mit andünsten. Das Ganze mit etwas Gemüsebrühe unter ständigem Rühren ablöschen, so dass eine helle Soße entsteht. Nun das Wirsing wieder hinzufügen und bei milder Hitze warm halten.  
Mit klarer Brühe von Erbacher, Salz und etwas Muskat abschmecken.  
Meerrettichsoße in einem kleinen Topf oder in der Mikrowelle erhitzen.  
Das Rindfleisch in Scheiben schneiden und auf einer vorgewärmten Platte anrichten.

Dazu passen **Salzkartoffeln** oder **Bratkartoffeln**

**\*Tipp:** Die Rindfleischbrühe ist eine solide Grundlage für eine gute Suppe!

## Apfelrotkohl

### Zutaten:

**1 Rotkohl (ca. 1 kg)**  
**1 Eßl. Wurstfett**  
**2 Zwiebeln**  
200 ml Waaer  
2 Eßl. Essig  
2 Essl. Zucker  
**1 Teel. Klare Brühe von Erbacher**  
1 Teel. Salz  
**2 säuerliche Äpfel**

### Zubereitung:

Rotkohl vierteln, äußere Blätter und Strunk entfernen. Den Kohl in feine Streifen schneiden. Die Zwiebeln würfeln.  
In einem großen Topf das Wurstfett erhitzen die Zwiebeln darin andünsten. Dann die Kohlstreifen dazugeben und gut umrühren.  
Wasser angießen.  
Alle Zutaten bis Salz hinzufügen und nochmals umrühren  
Die Äpfel schälen und entkernen. In kleine Stücke schneiden und auf den Rotkohl geben. Zudeckt ca. 1 Stunde bei mittlerer Hitze garen.  
Dann gut durchrühren und fertig abschmecken

**\*Tipp:** Rotkohl kann man gut auf Vorrat kochen und einfrieren

Alle „grünen Zutaten“ gibt es auch auf dem Eichenhof