



SCHWÄBISCHE KRAUTKRAPPEN

REZEPT FÜR 4 PORTIONEN | ARBEITSZEIT 30-40 MINUTEN | GARZEIT 30 MINUTEN

Zutaten - Teig

- 500 g Weizenmehl
- Salz
- 2 Eier
- 1/8 l Wasser



Zutaten - Füllung

- 200 g roher Bauchspeck (für eine vegetarische Variante Krautkrapfen einfach ohne Speck zubereiten)
- 500 g Sauerkraut
- 2 Zwiebeln
- Nelke, Wachholderbeere, Kümmel
- 40 g Fett
- Etwas Salz
- Etwas Fleisch- oder Gemüsebrühe zum aufgießen



Krautkrapfen

sind eine typische regionale Spezialität und werden in ganz Schwaben gern gegessen. Die Herstellungsweise unterscheidet sich jedoch von Region zu Region.



Zubereitung

1. Das Mehl mit Salz, Eier, und Wasser zu einem Nudelteig verkneten. Den Teig anschließend kurz ruhen lassen.
2. Für die Füllung die Zwiebel feinhacken und mit dem gewürfeltem, durchwachsenen Bauchspeck anschwitzen. Anschließend das Sauerkraut und die Gewürze nach Belieben hinzugeben und alles mit einem Schuss Wasser bei schwacher Hitze 20 Minuten kochen.
3. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche oder einem Küchentuch dünn zu einem Rechteck ausrollen.
4. Das Kraut nochmals abschmecken und dann gleichmäßig auf dem Teig verteilen.
5. Den Teig nun mithilfe des Tuchs oder per Hand von der Längsseite her wie einen Strudel aufrollen. Von der Rolle jeweils 5-6 cm breite Scheiben abschneiden.
6. In einem flachen Topf das Butterschmalz zergehen lassen und die Krautkrapfen aufrecht dicht nebeneinander hinstellen und leicht anbraten. Die Krapfen mit Fleischbrühe aufgießen (ca. 3 cm hoch) und das Ganze bei geschlossenem Deckel ca. eine 1/2 Stunde bei leichter Hitze dünsten lassen. Kurz vor Garende den Deckel abnehmen und die letzten Minuten ohne Deckel garen.
7. Das Gericht am besten direkt im Topf servieren.
8. Dazu passt hervorragend ein grüner Blattsalat und eine Soße aus Crème fraîche und Joghurt gewürzt mit frischem Schnittlauch oder Dill, Salz und weißem Pfeffer.



Einen Überblick aller Rezepte findest Du unter:

[bayerisch-schwaben.de/
kulinarisches-erbe](http://bayerisch-schwaben.de/kulinarisches-erbe)



Illustrationen: © TVABS, www.annamohr.de