

Bigos

Moin Moin

Heute möchte ich euch mal zeigen wie man Bigos zubereitet. Bigos ist ein polnisches Nationalgericht und wird von den Polen geliebt. Optisch ist Bigos nun wirklich kein Highlight, aber geschmacklich echt ein Knaller.

Der Grund wie ich drauf gekommen bin dies im Dutch Oven zu machen, ist das ich mindestens einmal in der Woche Richard oder Machteus in der Küche über einen sehr gut riechenden Eintopf treffe. Ich frage dann immer: Ohhh was ist das denn Schönes. Und immer ist die Antwort Bigos. Ich habe mich dann mal mit diesem Bigos beschäftigt und mir das bei meinen Kollegen nachgefragt. Die Grundzutaten sind Sauerkraut, Weißkohl, getrocknete Pilze, Trockenpflaumen, sowie Schweinefleisch, Krakauer oder Schlesische Wurst und auch gelegentlich Kartoffeln. Das Bigos wird gern auf Vorrat gekocht, da er nach 2-3 Tage im Kühlschrank lagern immer besser schmeckt.

Wir brauchen für das Bigos



Zutaten

750g Sauerkraut

750g Weißkohl

750g Schweineschulter

250g Schlesische Wurst
1 Glas trockenen Rotwein
50g getrocknete Pilze
4 Trockenpflaumen
2 Zwiebeln
6 Wacholderkörner
2 Lorbeerblatt
4 Körner Piment
150g Schmalz
1 ½ l Wasser
4 Körner Pfeffer
Salz

Die Trockenpilze und Trockenpflaumen werden zunächst in verschiedenen Schüsseln eingeweicht.

Den Weißkohl klein hacken, Sauerkraut in ein Sieb geben und abtropfen lassen.

Fleisch und Wurst in kleine Stückchen schneiden (ca. 1x1 cm).
Zwiebeln halbieren, in halbe Ringe schneiden



Die Zwiebeln mit dem Schmalz im Dutch Oven anbraten.



Wenn die Zwiebeln goldbraun sind, gibt man das Fleisch hinzu und brät das Ganze bis das Fleisch auch schön golden angebraten ist.





Nun den gehackten Weißkohl und das abgetropfte Sauerkraut, die eingeweichten Pilze und Pflaumen, Lorbeerblatt, die Pimentkörner, die Wacholderkörner und die Pfefferkörner hinzufügen und mit dem Rotwein und einem halben Liter Wasser übergießen. Das Ganze 2,5 Stunden leicht köcheln lassen bis das Fleisch weich ist. Vor Ende der Kochzeit mit Salz abschmecken. Da es sich aber um einen Eintopf handelt ist darauf zu achten, dass der Bigos nicht anbrennt. Falls nötig kann der Dutch Oven immer mit etwas Wasser aufgefüllt werden.



Mit 6 Kohlen unten und 12 Kohlen oben sollte das ganze jetzt 2,5 Stunden

leicht köcheln

Hier bei handelt es sich um einen Petromax ft9



nach 2,5 Stunden kann man schon mal etwas Probieren.

Guten Appetit



Anmerkung:

Bigos kann selbstverständlich gleich nach dem Kochen gegessen werden, aber am besten schmeckt er aber wenn man ihn nach dem Abkühlen 2-3 Tage im Kühlschrank lagert, damit die Zutaten Zeit haben ihr Aroma zu entfalten. Bigos wird traditionell mit rustikalem Bauernbrot serviert.

Shakshuka

Moin Moin

Ich liebe die TV Sendung Kitchen Impossible. Was natürlich nicht nur an Tim Mälzer liegt, der hier mit seiner rotzfrechen arroganten Art einen großen Anteil hat. Nein, die gesamte Sendung ist für mich absolut perfekte TV Unterhaltung. In der Wiederholung wurde ich nun an die Shakshuka erinnert, die der Sternekoch Hans Neuner in Israel bei Dr. Shakshuka kochen musste. Das Nationalgericht Shakshuka ist mehr als eine Art Rührei mit Tomatensoße musste ich feststellen. Aber schaut selber oder kocht diese am besten gleich nach.

Alles was ihr braucht ist



Zutaten:

Gutes Olivenöl

2 Jalapenos

2 Zehe Knoblauch (Chinesischer)

6 große Tomaten (ich hatte Cocktail Tomaten 1kg)

1 EL Paprika edelsüß

1 TL Meersalz

1 EL Zucker

1 EL Pfeffer

4 Eier

1/2 Bund glatte Petersilie gezupft und grob zerkleinert

Die Jalapenos, Knoblauch und Tomaten klein Schneiden.



EINFACH KANN SO LECKER SEIN



EINFACH KANN SO LECKER SEIN



EINFACH KANN SO LECKER SEIN

Dann mit allem an die Frische Luft. So wie im Original, wird es draußen gekocht. Ich habe meine Shakshuka auf dem Petromax Raketenofen rf33 zubereitet.

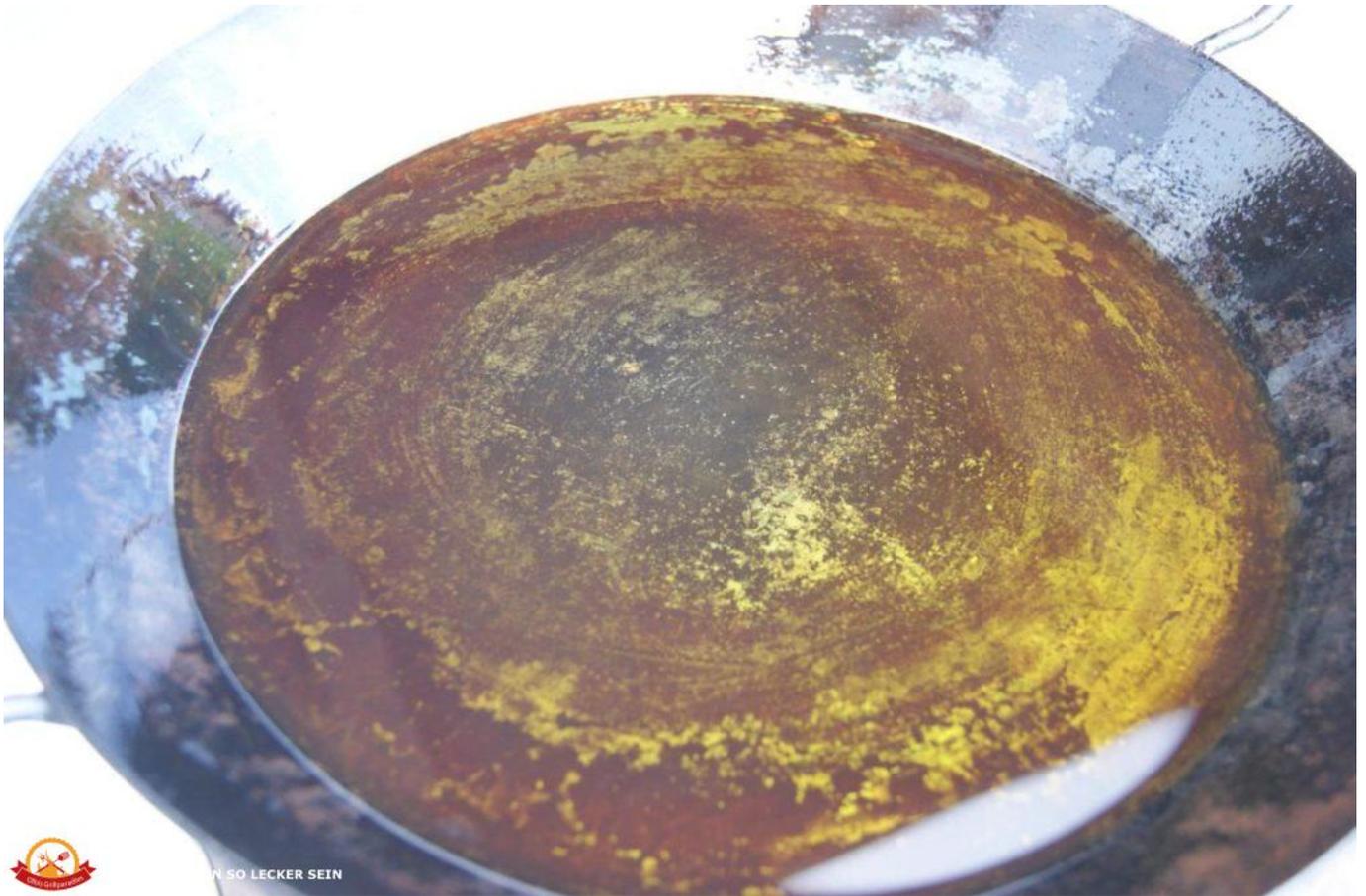


EINFACH KANN SO LECKER SEIN



Ich bin immer wieder erstaunt, wie schnell und mit wie wenig Brennstoff der rf33 auf Temperatur kommt. Echt ein klasse Spielzeug ☐

Also eine Pfanne drauf und reichlich Olivenöl rein



Wenn das Olivenöl etwas Hitze angenommen hat (150c) kommen die Jalapenos in die Pfanne



Nach etwa 4 Minuten gebt ihr den Knoblauch dazu



Wenn der Knoblauch anfängt braun zu werden, gebt ihr die Tomaten in die Pfanne



jetzt muss das ganze vor sich hin Kochen. So gute 10-15 Minuten



Immer wieder das ganze umrühren und die Gewürze Paprika, Meersalz, Zucker und Pfeffer unterrühren.



Nach weiteren 5 Minuten kommen die Eier in die Pfanne.



Mit einem Umgedrehten Kochlöffelstil wird das Eiweiss in 8-er Bewegungen ganz vorsichtig verrühren, so dass das Eigelb nicht verletzt wird

5 Minuten weiter köcheln lassen, das Eigelb soll innen noch leicht flüssig sein.

Dann noch etwas Petersilie drauf und fertig ist die Shakshuka. Es ist wirklich erstaunlich mit wie wenig Zutaten man ein so leckeres Gericht zaubern kann.

Guten Appetit und Viel Spaß beim nachkochen.

Am Besten kann man dazu ein Frisch gebackendes Schabbatbrot essen.



EINFACH KANN SO LECKER SEIN