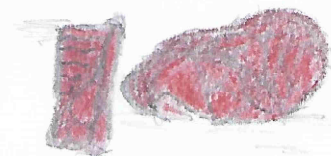
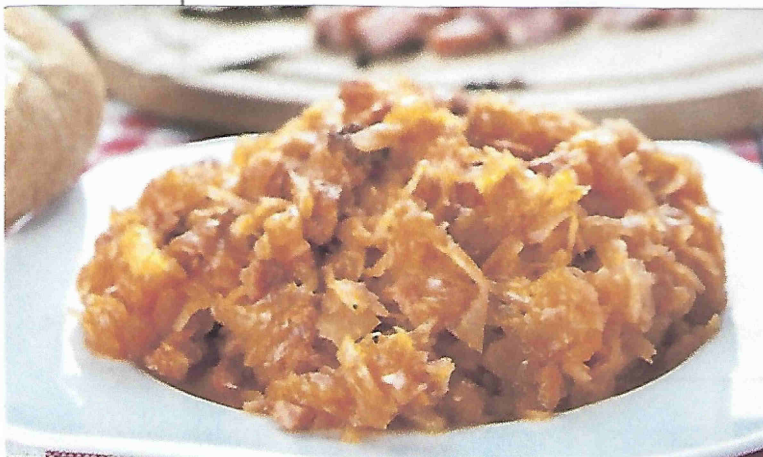


# Rezept für einen Polnischen Bigos

Dieses Nationale polnische Gericht wird in meiner Familie oft zu besonderen Anlässen wie Geburtstagen oder Feiertagen gekocht und weitervererbt. Es ist deswegen auch so populär in unserer Kultur, da man Bigos auf Vorrat kochen kann und er deswegen lange haltbar ist.



Portion	Zutat
1.000g	Weißkohl (weißkraut)
850g	Sauerkraut
1.000g	Schweinenacken (Halsgrat)
250g	Schweinebauch (Wammert)
100g	Zwiebeln
140g	Tomatenmark
2	Lorbeerblätter
6	Wacholderbeeren
6	Piment
	Paprikapulver, edelsüß
	Paprikapulver, scharf
	Salz
	Pfeffer
	Chilipulver
	Fett zum Anbraten



## Ablauf:

- Wammerl in nicht zu große Stücke schneiden und in Fett anbraten. Halsgrat in ca. 2 cm Stücke schneiden, kräftig mit Paprika, Pfeffer, Salz und Chili (wer will) würzen und zum Wammerl geben und kurz scharf anbraten. Weiter im auf 175°C Umluft vorgeheizten Backofen ca. 1 Stunde braten.
- Inzwischen den Kohl schneiden/hobeln und in ca. 1/2 Liter Wasser im großen Topf weichkochen.
- Das Sauerkraut kochen und zu dem Weißkraut geben. Gewürfelte Zwiebel, Lorbeerblätter, Wacholderbeeren, Tomatenmark, Piment und das ganze gebratene Fleisch mit dem Bratensaft dazugeben und gut durchmischen.
- Alles zusammen noch ca. 1 Stunde weiter köcheln und noch mal je nach gewünschter Schärfe mit Salz, ... abschmecken. Ab und zu umrühren, es kann schnell anbrennen, wenn zu wenig Flüssigkeit im Topf ist.
- Wer will, kann auch verschiedene Fleischsorten verwenden, z.B. 1/2 kg Halsgrat mit 1/2 kg Rindfleisch ersetzen, aber dann länger kochen lassen oder geräucherter Wurst/Speck.
- Wenn das Fleisch zu mager ist, schmeckt das Gericht nicht so gut, etwas Fett oder getrocknete Pilze dazugeben.

Smacznego!