

Wirsingeintopf

Bei diesem Rezept Wirsingeintopf handelt es sich um einen klassischen Gemüseeintopf nach Hausfrauen Art zubereitet.

Vom sonstigen Rezept abweichend, ist sowohl in der Optik, als auch im Geschmack, wenn man in den letzten 5 Minuten der Kochzeit kleine Kirschtomaten mit in den Eintopf gibt, was dem winterlichen Eintopfgericht einen angenehm fruchtigen Geschmack und einen Hauch von Frühling oder Sommer, verleiht.

Anstelle von Kirschtomaten kann man von 2 – 3 großen, zuvor enthäuteten Tomaten, nur das Tomatenfruchtfleisch in Würfel schneiden und in den letzten Minuten im Eintopf mit erhitzen.



Zutaten: für 6 Teller

1 große Zwiebel
 1 EL Öl
 200- 250g gerauchten Bauchspeck
 500 g Wirsing
 600 g Kartoffeln
 Reichlich 1,5 Liter Brühe (1500ml)
 1 gestrichener TL Kümmel
 1 gestrichener TL Thymian
 2 Lorbeerblätter
 Salz und Pfeffer
 Petersilie



Außerdem zusätzlich nach Wunsch:

200 g Kirsch- oder Datteltomaten

Zubereitung:

Für die Zubereitung den **Wirsing** mit einem Messer halbieren, die äußeren losen unschönen Gemüseblätter entfernen.

Die schönen, saftig grünen losen Blätter abnehmen und in kaltem Wasser waschen.

Den festen Wirsingkopf kann man nun, nachdem der innere Strunk heraus geschnitten wurde, gleich, wie auch sonst bei Weiß- oder Rotkohl üblich, **mit dem Messer in dünne Streifen schneiden**.

Die einzelnen großen grünen gewaschenen Blätter ebenfalls klein schneiden.

Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden.

1 große geschälte Zwiebel in kleine Würfel schneiden.

Mageren, gerauchten durchwachsenen Bauchspeck in kleine Würfel schneiden.

Den Boden eines Kochtopfes mit Deckel mit 1 EL Öl ausstreichen.

Die **Bauchspeckwürfel** darin **ringsum anbraten**, die **Zwiebeln** hinzu geben und diese ebenfalls hell mit anbraten.

Wirsingstreifen hinzu geben, kurz unterheben, **Kartoffelwürfel** ebenfalls mit in den Topf geben und das Gemüse **sofort mit reichlich 1, 5 Liter Wasser ablöschen**.

Brühwürfel, Lorbeerblätter, getrockneten Thymian und Kümmel hinzu geben und **einmal aufkochen lassen**.

Danach den Eintopf, mit einem Deckel zugedeckt, bei zurück gedrehter Heizstufe, noch etwa 45 Minuten langsam weiter kochen lassen.

In den letzten 5 Minuten der Kochzeit, wenn man das möchte, die Tomaten mit in den Topf geben und noch weitere 5 Minuten mit köcheln lassen.

Den **Wirsingeintopf** nun nach persönlichem Geschmack mit **Salz und Pfeffer würzen**, nach Bedarf



auch noch mit etwas Brühe strecken und mit

reichlich frischer Petersilie bestreut, als Gemüseintopf servieren.

Dazu kann man noch als weitere Beilage frisches Bauernbrot oder Brötchen servieren.

Kalorienangaben

Bei 6 Tellern Wirsingintopf, enthalten 1 Teller durchschnittlich ca. 300 kcal, ca. 21 g Fett