



# Holsteiner Steckrübeneintopf mit Krabben und Speck

- **Portionen:** 5-6
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 20m
- **Fertig in** 35m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '35', 'cook_time' : '20m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '5-6', 'yield' : " });
```

Eine Variante der „jungen Wilden“, früher „Armeleuteessen“, hier von echter, herzhafter Gourmetqualität

## Zutaten

- 150 g deutsches Krabbenfleisch
- 600 g Steckrüben in 2 cm großen Würfeln
- 450 g Sauerkraut, ausgepresst, grob geschnitten
- 400 g Kartoffeln in 2 cm großen Würfeln
- 2 mittelgroße Zwiebeln in dünnen Streifen
- 100 g durchwachsener Speck, gewürfelt
- 250 ml Schlagsahne
- 40 g Butter
- 1 rote Gemüsepaprika, entkernt, geschält, in kleinen Würfeln
- 1 kleines Bund Petersilie oder Schnittlauch, gehackt
- 1 l Gemüsebrühe oder Rauchfleischbrühe
- 1 EL Rapsöl
- 1 EL Tomatenmark
- 1 EL Zucker
- 1 EL Paprikapulver, edelsüß
- 1 TL getrocknetes Bohnenkraut
- Salz, Pfeffer

## Zubereitungsart

### Schritt1

Die Vorbereitungen

## **Schritt2**

Die Steckrüben und Kartoffeln schälen und in 2 cm große Würfel schneiden. Den Paprika waschen, mit dem Sparschäler schälen, in kleine Würfel schneiden.

## **Schritt3**

Das Sauerkraut trocken auspressen, etwas klein schneiden, die Petersilie hacken.

## **Schritt4**

Der Ansatz:

## **Schritt5**

Zunächst die Zwiebeln in der Butter glasig anschwitzen und die Steckrüben - und Kartoffelwürfel dazu geben.

## **Schritt6**

1 - 2 min. mit angehen lassen, das Tomatenmark, den Zucker, Paprikapulver und Bohnenkraut unterrühren.

## **Schritt7**

Mit der Brühe und der Sahne aufgießen und mit Salz und Pfeffer würzen, ca. 20 - 25 min. zugedeckt köcheln lassen.

## **Schritt8**

In der Zwischenzeit den Speck mit etwas Rapsöl knusprig anbraten und das Krabbenfleisch unterschwenken, Petersilie oder Schnittlauch dazu geben.

## **Schritt9**

Anrichtevorschlag:

## **Schritt10**

Den Eintopf in vorgewärmten, tiefen Tellern portionieren und die Speck - Krabbenmischung in die Mitte geben.

## **Schritt11**

**Rezeptart:** Schleswig-Holsteinisch **Tags:** einfach, raffiniert, schnell

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/holsteiner-steckruebeneintopf-mit-krabben-und-speck/>