



Westfälischer Sauerkraut-Bohnen -Topf mit Speck und Mettenden

- **Portionen:** 4
- **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' : '4', 'yield' : '' });
```

Nach Landfrauen Art, zünftig, sättigend in der Winterzeit

Zutaten

- 500 g Weinsauerkraut, abgelaufen
- 1 Dose, 425 g weiße Bohnen, abgegossen
- 300 g gewürfelte Kartoffeln
- 600 ml Fleischbrühe und Rauchfond
- 250 g durchwachsener Speck, grob gewürfelt
- 4 Mettenden à 100 g
- 4 Zwiebeln in dünnen, halben Scheiben
- 2 El Öl
- 1 Lorbeerblatt, Salz, Pfeffer aus der Mühle, ev. 1 Prise Zucker, etwas Kümmelauszug

Zubereitungsart

Schritt1

Zunächst die Kartoffelwürfel in Salzwasser ca. 10 min. kochen und abgießen.

Schritt2

Zeitgleich in einem ausreichend großen Topf den Speck mit den Zwiebeln anschwitzen und das Weinsauerkraut dazu geben.

Schritt3

Obenauf die Mettenden legen und mit der Fleisch - oder Rauchbrühe aufgießen.

Schritt4

Ca. 25 min. mit dem Lorbeerblatt kochen lasse. Das Lorbeerblatt wieder heraus nehmen, die

Mettenden in Scheiben schneiden.

Schritt5

Die weißen Bohnen zufügen, einmal kurz aufstoßen lassen; dann folgen die Kartoffelwürfel und die Mettwurstscheiben.

Schritt6

Nachschmecken und zünftig in tiefen Tellern servieren.

Rezeptart: National / Regional **Tags:** Hauptgericht, preiswert, unkompliziert

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/westfaelischer-sauerkraut-bohnen-topf-mit-speck-und-mettenden/>