

## Rotkraut mit Druckgarteknik

Für 10 Portionen

### Zutaten

	<b>Menge</b>	<b>Einheit</b>
Zwiebelstreifen	0.4	kg
Rotkraut	1,6	kg.
Gemüsebouillon	1	L
Boskoop Äpfel oder Apfelmus	4	Stk
Maisstärke	50	g
Lorbeer, Piment, Nelke, Essig, Apfel- oder Orangensaft		
Salz, Pfeffer, Zucker	Nach Bedarf	
Apfel- oder Orangensaft	Nach Bedarf	

### Zubereitung

1. Apparat in Bratfunktion auf 170 - 180°C vorheizen
2. Zwiebeln sautieren
3. Mit etwas Flüssigkeit (Brühe) ablöschen. Lorbeer, Piment, Nelken, eventuell Zimtstange dazugeben und einmal aufkochen lassen
4. Das vorzugsweise marinierte Rotkraut dazugeben, alle restlichen Zutaten, wie Apfel oder Orangensaft dazugeben und einmal unter Rühren zum Kochen bringen. Sicherstellen das Sie mit genügend Flüssigkeit auffüllen. Das Kraut gibt wenig Eigenflüssigkeit ab
5. Wenn es kocht, in die Druckgarfunktion umschalten und die Garzeit eingeben. Die Garzeit beim Druckgaren bezieht sich immer auf Grösse und Qualität des Produktes. Im hier beschriebenen Fall brauchte es 10 Minuten Druckgarzeit (Julienneschnitt) und ca 4 Minuten zum leichten Binden des Rotkrautes. Meine Empfehlung dafür ist Maisstärke. Das verleiht dem Rotkraut einen schönen Glanz.
6. Deckel und Sicherheitsventil schliessen und Druckprozess starten
7. Nach Ablauf der Garzeit den Deckel öffnen und wie oben beschrieben das Rotkraut leicht binden und abschmecken.
8. Bereit zum servieren

