

MARONENBRATEN MIT KARTOFFELKLÖßEN UND ROTKOHL



ROTKOHL

TIPP: Der Rotkohl muss bis zu zwei Stunden ziehen! Sinnvoll ist es daher, diesen schon einen Tag vorher zuzubereiten! Die Zwiebeln und Äpfel kleinschneiden. Pflanzenöl in einen Kochtopf erhitzen und die Zwiebeln und Äpfel darin andünsten. Rotkohl ebenfalls kleinschneiden und dazugeben. Nun noch den Zucker, Essig, Salz, Rotwein, Zimt, Wacholderbeeren, Nelken und das Lorbeerblatt dazugeben und alles miteinander vermengen. Der Rotkohl muss ungefähr 2 Stunden bei mittlerer Temperatur ziehen. Dabei immer wieder kontrollieren und gegebenenfalls Wasser und/oder Rotwein dazugeben. Es sollte immer ausreichend viel Flüssigkeit im Kochtopf sein.

KARTOFFELKLÖßE

Die Kartoffeln kleinschneiden und in gesalzenes Wasser geben. Das Wasser aufkochen und die Kartoffeln etwa 30 Minuten köcheln lassen. Dann das Wasser abgießen und die Kartoffeln abdampfen lassen. Daraufhin die Kartoffeln zerdrücken und die Kartoffelstärke sowie Muskatnuss unterrühren. Alles gut vermengen. Anschließend die Kartoffelmasse zu 8 gleichgroßen Klößen formen (vorher die Hände mit Wasser anfeuchten!). Nun die Kartoffelklöße in kochendes Wasser geben. Die Temperatur daraufhin reduzieren, so dass das Wasser nicht mehr kocht. Die Klöße müssen ungefähr 10 bis 12 Minuten ziehen.

MARONENBRATEN

Die Maronen in der Hand zerdrücken und in eine Schüssel geben. Das Toastbrot (ohne Rinde), die Zwiebeln, Karotte und den Lauch ebenfalls kleinschneiden und dazugeben. Kartoffelstärke, Petersilie, Senf und erwärmte Sojamilch dazugeben und alles miteinander vermengen. Die Masse zu einem Braten formen. Den Braten anschließend in den Ofen geben und bei 170 °C etwa 30 Minuten fertigbacken.

Tierschutzverein für Hannover u.U. e.V.

Evershorster Straße 80

30855 Langenhagen

Tel.: 0511 / 973 398 - 0

E-Mail: info@tierheim-hannover.de

www.tierheim-hannover.de

[www.fb.com/tierheim.hannover](https://www.facebook.com/tierheim.hannover)

www.youtube.com/tierheimtv

Vegetarisches Restaurant Hiller

Blumenstraße 3

30159 Hannover

Tel.: 0511 / 36 12 88

www.restaurant-hiller.de

[www.fb.com/VegetarischesRestaurantHiller](https://www.facebook.com/VegetarischesRestaurantHiller)

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

MARONENBRATEN

400 g Maronen (vorgekocht) | 400 g Toastbrot | 4 EL Kartoffelstärke | 100 ml Sojamilch | 2 mittelgroße Zwiebeln | 2 EL Petersilie | 1 EL Mittelscharfer Senf | 1 Karotte | 1 Lauchstange | 4 EL Pflanzenöl (z.B. Rapsöl) | 2 TL Salz

ROTKOHL

400 g Rotkohl | 2 Äpfel (z.B. Elster) | 2 mittelgroße Zwiebeln | 150 ml Rotwein | 50 ml Essig | 2 EL Zucker | 1 TL Salz | 5 Nelken | 1 Lorbeerblatt | 5 Wacholderbeeren | 100 ml Pflanzenöl (z.B. Rapsöl) | 1 TL Zimt

KARTOFFELKLÖßE

400 g Kartoffeln | 1 Prise Salz | 4 EL Kartoffelstärke | ½ Muskatnuss

tierschutzverein
für Hannover und Umgegend e.V.

Hiller
Vegetarisches Restaurant



REZEPT IN FILMFORM

Einfach den QR-Code mit deinem Smartphone einscannen und schon kannst du dir die Zubereitung in Filmform anschauen!