



# Rezept-Tipps des Monats

Im Zeichen des Kohls

## Bigos – das polnische Nationalgericht

Grundzutaten für ein zünftiges Bigos Sauerkraut, Weißkohl, Plize sowie Fleisch und Wurst in unterschiedlichen Mengen. Die Zutaten für diesen Krauteintopf lassen sich je ganz dem individuellen Geschmack und den aktuellen Angeboten anpassen.

Tip: Kochen Sie Bigos auf Vorrat – er wird durch das wiederholte Aufwärmen nur besser!

### Zutaten:

- 750 g Sauerkraut
- 750 g Weißkohl
- 250 g Schlesische Wurst, Krakauer, Frankfurter oder Debrecziner
- 350 g Schweineschulter oder Schweinebauch
- 2 Zwiebeln
- Trockenpflaumen
- Wacholderkörner
- getrocknete Pilze
- ein Lorbeerblatt
- Piment
- Pfeffer
- Tomaten, Tomatenmark oder Senf nach Geschmack
- Schmalz

### Zubereitung

Hacken Sie den Kohl klein. Schneiden Sie Fleisch und Wurst in kleine Stücke. Schneiden Sie die Zwiebeln in kleine Ringe. Braten Sie die Zwiebeln im Schmalz an. Geben Sie anschließend das Fleisch hinzu und braten Sie dieses an, bis es goldbraun ist. In einem großen Topf dünsten Sie den Weißkohl und das abgetropfte Sauerkraut zusammen mit den Pilzen an. Geben Sie das Fleisch, die Zwiebeln, Lorbeer, Wacholder, Pfeffer und Piment hinzu. Mit Wasser übergossen, lassen Sie den Bigos mehr als zwei Stunden köcheln, bis das Fleisch weich ist. Am Ende mit Salz abschmecken.



Wir wünschen  
Ihnen einen  
**GUTEN  
APPETIT**

## EINKAUFLISTE

Was Sie aus Ihrem  
Edeka Markt noch brauchen:

- Sauerkraut
- Weißkohl
- Zwiebeln
- Schmalz
- Schweinefleisch
- getrocknete Pilze
- Trockenpflaumen
- Wacholder, Piment, Pfeffer, Salz nach geschmack

Alle Zutaten finden Sie natürlich in Ihrem Edeka Markt:



www.edekamarkt-voigt.de  
Neundorfer Straße 25 | 08523 Plauen