

**Martin Gehrlein**  
**Pfälzer Saumagen mit Rahmsauerkraut**

**Donnerstag, 27. September 2018**  
**Rezept für 8 Personen**

**Dauer: 4 Stunden**  
**Schwierigkeitsgrad: mittel**  
**Heimatküche**

**Zutaten:**

**Für den Saumagen**

500 g Kartoffeln, vorwiegend festkochend  
etwas Salz  
2 Zwiebeln  
1 EL Butterschmalz  
3 Brötchen vom Vortag  
500 g Schweinebauch  
500 g gekochter Schinken  
500 g Bratwurstbrät  
2 EL Majoran, getrocknet  
2 EL Liebstöckel, getrocknet  
3 Eier  
etwas Pfeffer aus der Mühle  
etwas Muskatnuss, frisch gerieben  
etwas Kunstdarm /Wurst darm , Durchmesser 9 cm, ca. 50 cm lang  
3 EL Butter



**Für das Rahmsauerkraut**

3 Schalotten  
2 EL Butter  
1 EL Zucker  
700 g frisches Sauerkraut  
4 Wacholderbeeren  
4 Pimentkörner  
200 ml Weißwein  
250 ml Gemüsebrühe  
150 ml Sahne  
etwas Salz  
etwas Pfeffer aus der Mühle

**Zubereitung:**

1. Die Kartoffeln schälen, waschen, in ca. 1 cm große Würfel schneiden und in kochendem Salzwasser einmal aufkochen. Auf ein Sieb gießen und abtropfen lassen.
2. Zwiebeln schälen, fein würfeln. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Zwiebeln darin anschwitzen.
3. Brötchen in kaltem Wasser einweichen. Schweinebauch und Schinken fein würfeln.
4. Die eingeweichten Brötchen ausdrücken.

5. In einer Schüssel Schweinebauch, Schinken, Bratwurstbrät, eingeweichte Brötchen, angeschwitzte Zwiebeln, Majoran, Liebstöckel und Eier gut verkneten. Kartoffelwürfel untermischen und kräftig mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.
6. Die Masse in den Wurst Darm füllen, darauf achten, dass es keine Luft einschließt. Mit Küchengarb fest verschließen.
7. In einem großen Topf Wasser aufkochen, den Saumagen hineinlegen und ca. 2,5 Stunden leicht siedend garen. Anschließend herausnehmen und abkühlen lassen.
8. Für das Rahmsauerkraut die Schalotte schälen und fein schneiden.
9. Schalotte in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen, Zucker und danach das Sauerkraut zugeben.
10. Wacholderbeeren und Pimentkörner zerdrücken, zugeben und mit Wein und Gemüsebrühe ablöschen.
11. Sahne untermischen und zugedeckt alles ca. 30 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
12. Zum Servieren den Saumagen in 2 cm dicke Scheiben schneiden, den Wurst Darm entfernen. In einer Pfanne Butter erhitzen und die Saumagenscheiben darin von beiden Seiten portionsweise kurz braten.
14. Saumagen mit dem Sauerkraut anrichten. Dazu passen Salzkartoffeln.

Pro Portion: 683 kcal / 2860 kJ

25 g Kohlenhydrate; 40 g Eiweiß; 44 g Fett