Grünkohl traditionell mit Pinkel, Kasseler und Kohlwurst

Zutaten I 6-8 Portionen

2 EL	Butterschmalz
1,5 kg	küchenfertiger Grünkohl (TK)
1	Zwiebel
	Salz, Pfeffer
etwas	Piment (gemahlen oder ganze Körner)
etwas	Senf
2 EL	kernige Haferflocken (alternativ Hafergrütze)
500 ml	Wasser
500 g	Bauchspeck
500 g	Kasseler
4	Kohlwürste
4	Pinkelwürste

Zubereitungszeit: 70-80 Minuten

Zubereitung:

- Zwiebel schälen und in grobe Würfel schneiden.
- Butterschmalz in einem großen Topf erhitzen und die Zwiebelwürfel darin glasig dünsten.
- Den Grünkohl dazugeben und mit etwas Salz, Pfeffer, Piment und Senf würzen.
- Haferflocken unterrühren und den Grünkohl mit Wasser aufgießen.
- Kasseler, Bauchspeck, Kohlwürste und Pinkelwürste auf den Grünkohl legen. Den Topf mit einem Deckel verschließen und alles etwa 1 Stunde köcheln lassen.
- Fleisch und Würste herausnehmen und warm halten. Den Grünkohl noch einmal mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Grünkohl zusammen mit Kasseler, Bauchspeck und den Würsten auf Tellern anrichten.

Tipp:

- Grünkohl lässt sich wunderbar vorbereiten und wieder aufwärmen. Durch das Durchziehen wird er besonders aromatisch. Da Kasseler, Bauchspeck und Würste bereits reichlich Würze mitbringen, empfiehlt es sich, den Grünkohl zunächst sparsam zu salzen und erst am Ende der Garzeit endgültig abzuschmecken.

Nährwertangaben können je nach Größe und Gewicht der Lebensmittel variieren.
Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 100 g:

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
170 kcal	13,0 g	3,0 g	9,0 g	85,0 mg