



Sauerkraut-Kuchen

Für den Teig:

400 g Dinkelmehl 630 (alternativ Weizen 405)
1 P. Backpulver
1 TL Salz
4 EL Balsamico Essig hell oder Weißwein
120 ml Milch
250 g Magerquark
100 ml Öl



Mehl mit Backpulver mischen und alle weiteren Zutaten zugeben. Den Teig mit den Knethaken des Handrührgerätes vermengen und nur so lange rühren, bis der Teig eine homogene Masse ergibt, ggf. mit den Händen nacharbeiten. Ein tiefes Backblech mit Backpapier belegen (gib in die Ecken ein Stück Butter, dann haftet es besser), den Teig ausrollen und in die Form legen, den Rand etwas hochdrücken. Den Boden mehrmals mit einer Gabel einstechen.

Für den Belag:

500 g Sauerkraut (Abtropfgewicht aus der Dose)
1 rote Zwiebel
1 EL Butter
1 reife süße Birne (alternativ rotschaliger Apfel)
150 Apfelsaft
50 g Emmentaler gerieben
100 g magere Schinkenwürfel roh
Salz / Pfeffer

Zwiebel schälen, halbieren und in Streifen schneiden. Butter in einem Topf zerlassen, die Zwiebel darin andünsten. Die Birne entkernen, mit Schale in Würfel schneiden und zu den Zwiebeln geben, ebenfalls andünsten. Das Sauerkraut mit den Händen gut ausdrücken und mit dem Apfelsaft in den Topf geben. Alles ohne Deckel für 10 Minuten leicht köcheln lassen, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Am Ende den Emmentaler, sowie die Schinkenwürfel unterheben und mit Pfeffer und Salz würzen (vorsichtig der Schinken ist schon salzig). Den Belag gleichmäßig auf dem Teigboden verteilen.

Für den Guss:

200 g Saure Sahne oder Schmand
4 Eier
Salz / Pfeffer

Schmand und Eier verquirlen und mit Pfeffer und Salz würzen. Den Guss über den Belag gießen. Den Kuchen bei 180°C Ober-Unterhitze für 45-50 Minuten backen.

Guten Appetit und gutes Gelingen wünscht LelaLecker eure Küchenfee aus Hohenlohe!

www.lelalecker.de