

- [1.: Impressum.](#) |
- [2.: Datenschutzerklärung.](#) |
- [3.: Kontakt.](#)

[www.Heimat-schmeckt.de](http://www.Heimat-schmeckt.de) / [Rezepte](#) / [Schweinefleisch](#)

# Hackfleischeintopf mit Sauerkraut

**in Zusammenarbeit mit der Ernährungsberatung RLP**

## Zutaten und Zubereitung

(für 10 Personen) 125 g Schinkenwürfel 1,5 Kg gemischtes Hackfleisch 6 EL Rapsöl 6 Zwiebeln 2 Knoblauchzehen 2 l Tomatenpüree 2 l Brühe 5 TL Tomatenmark 2 kg mildes Sauerkraut 15 Gewürzgurken Salz, Pfeffer und Paprika

Die Schinkenwürfel mit dem Hackfleisch mischen und in Rapsöl anbraten. Die Zwiebeln würfeln und die Knoblauchzehen pressen und glasig dünsten. Mit Tomatenpüree und Brühe auffüllen und Tomatenmark hinzufügen. Mit Salz, Pfeffer und Paprika abschmecken. Mildes Sauerkraut auseinanderzupfen, klein schneiden und dazugeben. Die Gewürzgurken würfeln und nochmals 15 Minuten mitköcheln lassen. Abwandlung: Die sauren Gurken können durch frische Paprika (mit Sparschäler schneiden) ersetzt werden.

## Unser Tipp:

Dazu eine Scheibe Bauernbrot und fettarmen Sauerrahm reichen, der nach Belieben zugefügt werden kann.

---