Schöni®
kreiert & inspiriert

# KREATIVE REZEPTE MIT SAUERKRAUT

**5 GENERATIONEN**
der Familie Schöni

**105 JAHRE**
Erfahrung

**10‘000 TONNEN**
Rohstoffe pro Jahr verarbeitet

**110 ARTIKEL**
im Sortiment

**75 MITARBEITENDE**

# VOM FELD DIREKT INS SILO

### DIREKT VOM BAUERN – FRISCHER SCHWEIZER KOHL

Die Herstellung unseres Sauerkrauts beginnt direkt bei den Bauern der Region, die uns mit frisch geerntetem, hochwertigem Schweizer Weisskohl beliefern.

### TRADITIONELLE VERARBEITUNG IN OBERBIPP

In Oberbipp verarbeiten wir den Kohl mit viel Sorgfalt und Leidenschaft nach einem traditionellen Familienrezept.

### NATÜRLICHE FERMENTATION

Ohne künstliche Zusätze lassen wir die Milchsäuregärung auf natürliche Weise ihren Lauf nehmen. Die im Kohl natürlich vorkommenden Milchsäurebakterien verwandeln dabei den Zucker im Kohl in probiotische Milchsäure.

### TRADITION TRIFFT AUF KREATIVE INNOVATION

Mit viel Kreativität und Erfahrung entwickeln wir laufend neue Produkte und Rezepturen – für überraschende Geschmackserlebnisse.

# SAUERKRAUT APÉROSCHNECKEN

**Das brauchts :**

| | |
|---|---|
| 1 | rechteckiger Blätterteig |
| 250 g | Sauerkraut gekocht |
| ½ | Becher Sauerrahm oder Crème fraîche |
| 150 g | Schinken- oder Speckwürfeli (alternativ Peperoni oder Pilze) |
| 25 g | Frischkäse |

**So wirds gemacht:**

Den Blätterteig ausrollen und gleichmässig mit Frischkäse bestreichen. Das abgetropfte Sauerkraut mit Sauerrahm oder Crème fraîche und den Schinken- oder Speckwürfeln – alternativ mit Peperoni oder Pilzen – vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Mischung gleichmässig auf dem Teig verteilen und den Blätterteig von der langen Seite her aufrollen.

Die Rolle für 30 Minuten in das Gefrierfach legen, damit sie sich anschliessend besser schneiden lässt. Danach die Rolle in etwa 1–2 cm dicke Scheiben schneiden und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen.

Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C (Ober-/Unterhitze) für etwa 25 Minuten goldbraun backen.

# SCHAUMIGE SAUERKRAUTSUPPE MIT CROÛTONS

**Das brauchts für 4 Personen:**

| | |
|---|---|
| | Öl |
| 2 | Zwiebeln |
| 100 ml | Weisswein (z.B. Riesling) |
| 300 g | Sauerkraut ungekocht, abgetropft |
| 500 ml | Gemüsebrühe |
| 1 | kleine Kartoffel mehlig-kochend, geviertelt |
| 1 | Lorbeerblatt |
| 150 ml | Halbrahm |
| 50 ml | Milch |
| 100 g | Toastbrot |
| | Butter |
| | Salz und Pfeffer |
| | Schnittlauch oder Petersilie |

**So wirds gemacht:**

Die Zwiebeln in etwas Öl etwa 5 Minuten glasig dünsten, mit Weisswein ablöschen und die Flüssigkeit auf die Hälfte einkochen lassen. Sauerkraut, Gemüsebrühe, Lorbeerblatt und Kartoffel dazugeben und bei mittlerer Hitze ca. 30 Minuten köcheln lassen. Rahm und Milch einrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Lorbeerblatt entfernen, die Suppe fein pürieren und durch ein Sieb passieren. In eine Rahmbläserflasche füllen, mit zwei Patronen begasen und gut schütteln.

Für die Croûtons das Brot in kleine Würfel schneiden und in Butter goldbraun rösten. Die Suppe in Teller oder Gläser sprühen und mit den Croûtons sowie fein geschnittenem Schnittlauch oder Petersilie garnieren.

**Tipp:** Ohne Rahmbläser die Suppe vor dem Servieren mit kalten Butterflocken und einem Stabmixer aufmixen. Für intensivere Würze passt eine Prise Kümmel perfekt.

# SZEGEDINER GULASCH

**Das brauchts für 4 Personen:**

| | |
|---|---|
| 800 g | Sauerkraut ungekocht |
| 2 | Zwiebeln gross |
| 1 | Knoblauchzehe |
| 800 g | Schweins- oder Rindsragout |
| 3 | Esslöffel Bratbutter |
| 2 | Esslöffel Paprika edelsüss |
| 1 dl | Weisswein |
| 2 dl | Hühnerbouillon |
| 1 TL | Kümmel |
| 240 g | Crème fraîche |
| | Salz, schwarzer Pfeffer |

**So wirds gemacht:**

Sauerkraut in einem Sieb abspülen und gut ausdrücken. Zwiebeln und Knoblauch schälen und würfeln. Schweins- oder Rindsragout mit Salz und Pfeffer würzen. In einer grossen Pfanne die Hälfte der Bratbutter erhitzen und das Fleisch in 2 Portionen rundum anbraten. Aus der Pfanne nehmen. Restliche Bratbutter zugeben, Zwiebeln und Knoblauch 5 Minuten dünsten. Paprika zugeben, kurz mitdünsten, mit Weisswein ablöschen und aufkochen.

Fleisch, Sauerkraut und Bouillon zugeben, mit Kümmel, Salz und Pfeffer würzen. Zugedeckt, 1¾ Stunden schmoren, gelegentlich Flüssigkeit nachgiessen.

5 Min. vor Ende der Kochzeit die Hälfte der Crème fraîche darundermischen. Das Ragout mit Salz und Pfeffer abschmecken und in einer Schüssel anrichten. Die restliche Crème fraîche glatt rühren und als Topping darüber geben. Mit Paprika bestreuen und sofort servieren.

# SAUERKRAUTWÄHE

**Das brauchts :**

| | |
|---|---|
| 1 | rund ausgewallter Kuchen- oder Blätterteig |
| 500 g | Sauerkraut gekocht, abgetropft |
| 1 | Zwiebel |
| 200 g | Greyerzerkäse |
| 100 ml | Halbrahm |
| 100 ml | Milch |
| 2 | Eier |
| | Salz und Pfeffer |

**So wirds gemacht:**
Den Backofen auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Den Kuchenteig in eine runde Wähenform (ca. 32 cm Ø) legen, den Rand leicht andrücken und den Boden mit einer Gabel mehrmals einstechen. Das Sauerkraut gut abtropfen lassen und leicht ausdrücken, damit die Füllung nicht zu feucht wird. Die Zwiebel fein hacken und in einer Pfanne mit etwas Butter glasig dünsten. Das Sauerkraut dazugeben, kurz mitdünsten und danach gleichmässig auf dem Teigboden verteilen. Den Greyerzerkäse reiben und über das Sauerkraut streuen.

In einer Schüssel Rahm, Milch und Eier gut verquirlen. Mit Salz und Pfeffer würzen und die Mischung gleichmässig über die Füllung giessen. Die Wähe im vorgeheizten Backofen auf der unteren Schiene etwa 30–35 Minuten backen, bis die Oberfläche goldbraun ist. Herausnehmen, kurz abkühlen lassen und warm servieren.

**Tipp:** Für ein intensiveres Aroma die Eier-Rahm-Mischung mit etwas Kümmel oder Muskatnuss würzen – oder mit Speckwürfeli für eine herzhafte Note verfeinern.

# SAUERKRAUT SPÄTZLIPFANNE MIT SCHMELZZWIEBELN

**Das brauchts für 4 Personen:**

| | | | |
|---|---|---|---|
| 350 g | Mehl | 250 g | Sauerkraut gekocht |
| 1.5 TL | Salz | 150 g | Bergkäse rezent gerieben |
| 3 dl | Milchwasser (½Wasser, ½ Milch) | 400 g | Zwiebeln |
| | | | Öl oder Butter |
| 3 | Eier | | |
| | Muskatnuss | | |

**So wirds gemacht:**
Mehl mit Salz vermengen und eine Mulde formen. Milchwasser, Eier und Muskatnuss zugeben und kräftig schlagen, bis Blasen entstehen. Den Teig 30 Minuten ruhen lassen.

In der Zwischenzeit die Zwiebeln in Streifen schneiden und in Öl oder Butter ca. 30 Minuten goldbraun karamellisieren.

Den Teig mit einem Spätzlisieb oder direkt vom Brett in kochendes Salzwasser schaben. Die Spätzli einmal aufkochen, abschöpfen und in einer separaten Pfanne mit dem Sauerkraut bei leichter Hitze vermischen. Bergkäse unterrühren und mit den caramelisierten Zwiebeln servieren.

**Tipp**: Wenn es schnell gehen soll, einfach gekaufte Spätzli verwenden – und für extra Würze mit knusprig gebratenen Speckwürfeli verfeinern.

# SAUERKRAUT SCHOKOLADENKUCHEN

**Das brauchts für 4 Personen:**

| | |
|---|---|
| 200 g | Sauerkraut, ungekocht |
| 150 g | Ahornsirup |
| 75 g | Zucker |
| 200 ml | Haferdrink |
| 125 g | Mandelmus, braun |
| 150 g | Dinkelmehl |
| ½ | Packung Backpulver |
| 45 g | Kakaopulver |
| ¼ TL | Salz |
| 50 g | Zartbitter-Schokolade |

**Überzug**

| | |
|---|---|
| 100 g | Zartbitter-Schokolade |
| 100 g | Kokosfett |
| 1 TL | gehackte Cashew Nüsse |
| 1 EL | Kakao Nibs |

**So wirds gemacht:**

Sauerkraut abspülen, gut ausdrücken und fein hacken. Schokolade über einem Wasserbad schmelzen. Den Backofen auf 175 °C vorheizen und eine rechteckige Form (15 x 28 cm) mit Backpapier auslegen. Sauerkraut mit Ahornsirup, Zucker, Haferdrink und Mandelmus pürieren. Mehl, Backpulver, Kakao und Salz mischen, dann die geschmolzene Schokolade unterrühren. Alles gut vermengen, bis ein geschmeidiger Teig entsteht.

Teig in die Form füllen und 30–35 Minuten im vorgeheizten Ofen backen. Auskühlen lassen. Für den Überzug, Schokolade mit Kokosfett schmelzen und auf den Kuchen giessen, nach Belieben mit Cashewnüssen und Kakao Nibs bestreuen.

*von Menschen für Menschen*
*– ehrlich und gesund.*

**WEITERE REZEPTE AUSPROBIEREN!**

**WWW.SCHOENIFOOD.CH**

Schöni Swissfresh AG
Niedermattstrasse 30 | CH–4538 Oberbipp