



Biohof Unterwählern
Markus Mischler & Eva Sutter
Unterwählern 10
3150 Schwarzenburg



Tel: 031 731 35 46
Mob: 079 540 53 09
E-Mail:

info@biohofunterwählern.ch
www.biohofunterwählern.ch

Rezept des Monats – Januar 2022

Saftplätzli mit Rotkohl

Zutaten (für 2-3 Personen):

ca. 400g Saftplätzli vom Bio-Weidejungrind (Bio-Naturabeef)
je 1 rote und 1 gelbe Zwiebel
½ Rotkohl
500ml passierte Tomaten oder eine Dose Pelati
ca. 5dl Gemüse Bouillon
Weisswein ca. 1dl
Kräutersalz, Pfeffer, Paprika

Zubereitung:

Zwiebeln halbieren und in feine Scheiben schneiden
Rotkohlhälfte nochmals halbieren und in feine Scheiben schneiden (Strunk entfernen)

Bratform mit Zwiebeln und Rotkohl auslegen.

Saftplätzli beidseitig mit Paprika, Salz und Pfeffer würzen und auf das Gemüse legen.

Tomaten darüber verteilen.

Wein und Bouillon den Seiten entlang in die Form giessen.

Bratform mit Alufolie oder mit dem Deckel zudecken.

Bei ca. 200°C im vorgeheizten Backofen ca.1.5h schmoren lassen. Wenn nötig Flüssigkeit (Gemüsebouillon) nachgiessen.

Dazu passen Trockenreis, Salzkartoffeln oder Kartoffelstock.