

Saurkraut ou Chucrute!



Saurkraut ou Chucrute!

Muita gente torce o nariz quando o assunto é “Repolho”, mas conta com a vantagem de ser um alimento barato e que pode ser utilizado de diversas formas, além de ser um vegetal importante do ponto de vista nutricional, pois é da mesma família do brócolis. O repolho-roxo ainda é rico em antocianinas, os mesmos pigmentos que fazem a fama da uva e do vinho. O branco, desbotadinho, não contém essas substâncias.

Existem algumas versões para essa receita que foi desenvolvida e testada pela vovó Ruth e eu ainda acrescentei uvas passas, vinagre de maçã e manteiga. Ficou uma delícia com aquele azedinho doce e é ótimo para acompanhar frango assado com purê de batatas...humm, deu água na boca?? Receita aprovada pelas alemãzinhas do intercâmbio!!!



Ingredientes:

1 repolho roxo ou branco picado

2 cebolas cortadas em meias rodelas

6 maçãs descascadas e cortadas em pedaços grandes´

1 xícara de uvas passas pretas sem caroço

sal e pimenta do reino moída

1 colher de sopa cheia de açúcar

1/4 xícara de vinagre de vinho branco

1/4 xícara de vinagre de maçã

1 colher de sopa de manteiga

Modo de fazer:

Refogar numa panela grande, o alho e as cebolas no azeite e adicionar o repolho picado. Ele soltará um pouco de líquido, mas se não for suficiente para deixá-lo macio, adicione um pouquinho de água (1/2 xícara) e deixe cozinhar por uns 5 minutos. Acrescente as maçãs em pedaços e misture bem. Coloque o sal e pimenta e os vinagres. Deixe pegar o gosto salgado e adicione mais sal se necessário. Coloque as uvas passas, o açúcar e a manteiga e mexa bem. Deixe reduzir o caldo mais um pouco e *prrronto!!*