

Wie konnte das geschehen, dass ausgerechnet der sperrige Grünkohl zum Lieblingskohl der Hipster in New York und den anderen angesagten Plätzen wurde? Wer ist auf die völlig schräge Idee aus „Cale“ (so nennen sie ihn) Smoothies zu pressen? Wo doch dies ein Gemüse ist, wie es bodenständiger nicht sein könnte – ein regionales und saisonales noch dazu. Man sagt, wenn in Norddeutschland die ersten Bodenfröste einsetzen, werden die Leute ganz fickerig, weil sie wissen, dass nun die Grünkohlzeit begonnen hat. Tatsächlich ist das Zeug einen Hauch aromatischer, wenn es ein bisschen erfroren ist, weil die niedrige Temperatur Fruchtzucker in den Blättern freisetzt. Das soll uns alles nicht kümmern, denn auch ohne Frost schmeckt ein Eintopf aus FRISCHEM Grünkohl prima und ist gut für die Seele.

## Die Zutaten:

1 kg frischer Grünkohl

2 große Zwiebeln

1 EL Gänseschmalz

400 g festkochende Kartoffeln

200 g durchwachsenen Räucherspeck

je 1 Mettwurst pro Mitesser

ca. 200 ~ 300 ml Gemüsebrühe

mehrere EL ABB Mostert

Gewürzei mit: 3 ~ 4 Pimentkörner, 3 ~ 4 Wacholderbeeren, 2 Nelken, 1 TL schwarze Pfefferkörner

Salz, Pfeffer, Zucker

## Die Zubereitung:

Ein ganzes Kilo? In der Saison bekommt man frischen, vorgewaschenen Grünkohl im Gemüsehandel, aber auch in den Supermärkten in prallgefüllten Kilobeuteln. Und das ist dann schon die kleinste Menge – viele Bauern, die auf den Wochenmärkten verkaufen, bieten frischen, aber ungewaschenen Grünkohl in 5-Kilo-Säcken an. In den meisten Haushalten wird es die für die Verarbeitung solcher Mengen nötigen Gerätschaften gar nicht geben.

Außerdem stinkt Grünkohl, schlimm sogar. Man möchte das rohe Produkt deshalb nicht lange im Haus haben. Selbst für ein Kilo von diesem Zeug braucht man einen 10-Liter-Kochtopf, denn vor allem anderen muss der Grünkohl blanchiert werden. Also bringst du 5 Liter Wasser im 1-Liter-Pott mit reichlich Salz zum Kochen, und gibst dann den Kohl hinein. Das wird nicht

in Einem gehen, aber es ist wichtig, dass die Gesamtmenge 4 bis 5 Minuten durchgekocht hat. Da hilft nur Stochern und Rühren und Pressen und Drücken. Weil es sich um eine Blanchier-Aktion handelt, kommt das Gemüse anschließend in mögliches kaltes Wasser – ja, das kann auch in der Badewanne sein... Und dann muss der Grünkohl sehr, sehr sorgfältig abgetropft werden, das wird mit einem normalen Durchschlag nur portionsweise gehen.

Womit wir beim Mise-en-place wären, ein Ausdruck, der bei Grünkohl irgendwie fehl am Platz ist. Jedenfalls musst du den Kohl nun verlesen. Blätter, die dir suspekt vorkommen, sonderst du aus, zu dicke und/oder harte Stiele auch. Anschließend hackst du den Grünkohl mit einem schweren, großen Messer, aber nicht zu fein. Würfle die abgezogenen Zwiebeln eher grob, schäl die Kartoffeln und zerleg sie in mundgerechte Stücke, mach aus dem Speck relativ große Würfel und füll das Gewürzei mit seinen Insassen. Außerdem setzt du die Gemüsebrühe an. In einem ausreichend großen, schweren (Schmor)Topf lässt du das Gänseschmalz schmelzen und lässt darin die Speckwürfel aus bis sie knusprig aussehen. Lass darin wiederum die Zwiebeln anschwitzen. Gib jetzt den Kohl dazu und rühr alles so durch, dass sich das Fett überall verteilt. Übrigens: Aus dem riesigen Knubbel frischem Grünkohl ist jetzt eine Menge geworden, die im Topf beherrschbar aussieht.

Nun gießt du so viel Gemüsebrühe an, dass der Topfinhalt durchgehend bedeckt ist. Als erste Würzung gibst du eine gute Prise Salz, eine kleine Prise Zucker, ein wenig Pfeffer aus der Mühle und einen guten EL ABB Mostert hinein und rührst ordentlich durch. Okay, es muss nicht unbedingt der Mostert der seligen Witwe Bergrath sein, auch ein nicht zu scharfer Senf erfüllt den Zweck. Jetzt hängst du da Gewürzei ein und lässt das Zeug bei aufgelegtem (nicht geschlossenem) Deckel ungefähr 60 Minuten bei schwacher Hitze köcheln. Dann gibst du die Kartoffeln hinzu und schmeckst erstmals ab. Vermutlich wird Salz fehlen, und vom Mostert kann man kaum genug begeben. So schmurgelt der Eintopf weitere 30 Minuten. Du kannst gelegentlich nachsehen, ob die Sache nicht trockengefallen ist und bei Bedarf Brühe nachfüllen- aber: Der Eintopf darf nie schwimmen!

Am besten ist es, die Mettenden separat in heißem Wasser zu erwärmen, dann in Scheiben zu schneiden und ungefähr 5 Minuten vor dem Ende Kochzeit unterzuheben. Am Schluss entfernst du das Gewürzei und schmeckst final mit Salz, Zucker, Pfeffer und Mostert ab. Der Grünkohleintopf sollte recht herzhaft schmecken, wobei der Senf die würzende Hauptrolle spielt. Und dieses Gericht muss heiß serviert werden, denn kalt schmeckt's nicht.