

Krautkrapfen mit Hefeteig

Für die original schwäbische Spezialität wird Sauerkraut in Nudelteig gewickelt, anschließend in Stücke geschnitten und im Ofen gebacken. Bei meinem Rezept habe ich den Teig für diese sogenannten Krautkrapfen gegen Hefeteig ausgetauscht. So werden die Sauerkraut-Schnecken schön fluffig, bekommen aber trotzdem eine schöne Kruste. Sie schmecken frisch aus dem Ofen als vegetarisches Hauptgericht – zum Beispiel mit einem gemischten Salat – eignen sich aber auch hervorragend als Beilage zu allem, wozu man auch sonst Sauerkraut essen würde.

Zubereitungszeit: 90 Minuten
plus Gehzeit: 2,5 Stunden
plus Backzeit: 60 Minuten
Schwierigkeitsgrad: mittel

Zutaten für 4 – 6 Personen:

Für den Hefeteig:

500 g Weizenmehl 550
325 g Wasser
15 g frische Hefe
12 g Salz

Für die Krautfüllung:

650 g Sauerkraut
1 TL Kümmel
2 - 3 Wacholderbeeren
1 Lorbeerblatt
Salz
Zucker

Für die Form:

50 g Butter



Zubereitung der Hefeteig-Krautkrapfen:

Für den Teig zuerst das Mehl mit dem Salz in einer Rührschüssel mischen, in der Mitte eine Mulde formen. Die frische Hefe hinein bröckeln und das Wasser zugeben. Mit dem Knethaken der Küchenmaschine 5 Minuten auf niedrigster und 10 Minuten auf der nächst höheren Stufe zu einem weichen, geschmeidigen Teig kneten, der sich fast vollständig vom Schüsselboden löst.

Die Schüssel mit Frischhaltefolie abdecken und an einem warmen Ort 60 bis 90 Minuten gehen lassen, bis sich das Teigvolumen in etwa verdoppelt hat.

Währenddessen das Sauerkraut zubereiten. Dafür das Kraut samt Flüssigkeit in einen Topf geben, bei Bedarf noch etwas zusätzliches Wasser zufügen. Mit Kümmel, Wacholderbeeren, einem Lorbeerblatt, Salz und eventuell einer Prise Zucker würzen. Bei geringer Hitze und mit geschlossenem Deckel 30 Minuten sanft köcheln lassen. Sofern nötig, noch einmal abschmecken und das fertige Sauerkraut ohne Deckel abkühlen lassen.

Ist der Hefeteig schön aufgegangen, diesen auf die leicht bemehlte Arbeitsfläche geben, kurz durchkneten und zu einer Kugel formen. Etwas Mehl darüber streuen, mit einem Küchentuch abdecken und 15 Minuten entspannen lassen.

In der Zwischenzeit einen Auflaufform großzügig mit Butter einfetten. Die restliche Butter schmelzen.

Nun den Teig sachte zu einem großen, etwa 0,5 cm dicken Rechteck von ca. 40 x 50 cm Größe ausziehen. Die Wacholderbeeren und das Lorbeerblatt aus dem Sauerkraut entfernen und das Kraut gleichmäßig auf dem Teig verteilen. Dabei an einer der beiden langen Seite einen Rand von 2 cm frei lassen. Von der langen Seite zu einem Strudel aufrollen und mit dem überstehenden Rand gut verschließen. Mit einem scharfen Messer den Krautstrudel in 12 gleichgroße Stücke schneiden. Diese hochkant in die gefettete Form setzen. Die Krautkrapfen mit der geschmolzenen Butter bepinseln und mit einem Küchentuch abgedeckt 30 – 45 Minuten gehen lassen.

Die Krautkrapfen bei 200 °C Ober- & Unterhitze im vorgeheizten Backofen für 60 Minuten goldbraun backen. Am besten schmecken sie, wenn sie noch lauwarm auf den Tisch kommen. Übrig gebliebene Krautkrapfen können aber auch ohne weiteres am nächsten Tag noch einmal im Ofen aufbacken werden.