

Badisches Schäufole mit Kraut



Eine badische Sensation...

Badisches Schäufole ist eine Delikatesse. Mit Buabaspitzle und Kraut wird daraus ein herzhaftes Gericht, dass in ganz Baden-Württemberg treue Fans hat.

Das Schäufole bezeichnet die flache Schweineschulter. Seinen Namen hat es durch die anatomische Besonderheit: das Schulterstück ist mit dem schaufelförmigen Schulterblatt verbunden. Das badische Schäufole ist zudem gepökelt und geräuchert.

Nachfolgend habe ich eine einfache Rezeptur festgehalten, bei dem alles in einem Topf gart. Wer möchte, kann

zusätzlich noch ein paar Nelken und etwas Weißwein in den Topf geben. Manchmal serviere ich zusätzlich einen Kartoffelsalat, der mit etwas vom Schäufelesud abgeschmeckt wurde. Aber Buabaspitzle (Schupfnudeln) passen natürlich auch prima.

Zutaten

Für 4 Personen

- 700-800 g Schäufole, gepökelt
- 500 g Sauerkraut
- 2 Zwiebeln, in Ringe geschnitten
- 1 Karotte
- 1 Kartoffel
- 1 Apfel, in Spalten geschnitten
- 1 Lorbeerblatt
- 6 Wachholderbeeren
- 1 Liter Rinderbrühe
- Wer möchte: 1 EL Kümmel, ganz

Zubereitung

In einem großen Topf etwas Schmalz verteilen. Die Kartoffel und die Karotte schälen, dann grob reiben und mit dem Sauerkraut mischen. Das Sauerkraut in den Topf füllen. Die Apfelspalten, die Zwiebelringe und die Gewürze darüber streuen. Dann das Schäufole darauf legen und mit der Brühe aufgießen. Den Deckel aufsetzen. Alles bei kleiner bis mittlerer Hitze ca. 90 min. köcheln lassen.

Das Schäufole in Scheiben und mit dem Sauerkraut servieren.

Tipp: Dazu passen Buabaspitzle, Senf oder Bratensoße.