

Grünkohl von Wigald Boning

Zu Gast: Wigald Boning

Beim Oldenburger Jung Wigald Boning kommt bis heute regelmäßig Grünkohl auf den Tisch. Euch verrät er das Boningsche Familienrezept, das seit Generationen existiert.

Vorbereitung 30 Min. · Kochzeit 120 Min. · Gesamtzeit 150 Min. · 6 Portionen

Zutaten

3 Dosen Grünkohl (gute Qualität)
1 gr. Zwiebel
1 Pinkel
Hafergrütze (ersatzweise geht auch Bulgur)
1 Becher Brühe
Kasseler (Nackenkasseler mit Knochen / ersatzweise Schäufele)
Geräucherter gestreifter Speck (keinen Schinken!!!)

Zubereitung

1. Eine große Zwiebel und einen Pinkel kleinschneiden und zusammen mit 3 Dosen Grünkohl, Hafergrütze und einem Becher Brühe in den Bräter geben. Geräucherten Speck in 2-3 cm große Streifen schneiden und zusammen mit dem Kassler zum Grünkohl geben.
 2. Den Bräter für 2 Stunden in den Ofen stellen (bei 200 °C Grad), danach einmal öffnen – Fettigkeiten rausnehmen, umrühren, abschmecken und eventuell mit Wurstbrühe nachwürzen.
 3. Dann alle Fettigkeiten wieder auf den Kohl und wieder in den Ofen, bis die Kartoffeln und die Würste fertig sind.
 4. Pinkel (Wigalds Schwester rechnet mindestens 2 pro Nase) vor dem Kochen einpiksen. Kochwurst nach dem Kochen einpiksen.
 5. Kartoffeln während der Zeit separat gar kochen.
-