

# Eisbein



## In eg Duitse tradisie

Gerook, gepek, gekook, gerooster – eisbein is koningskos!

**Genoeg vir:** 4 porsies

**Bereidingstyd:** 20 minute

**Gaarmaaktyd:** 3½ uur

**Oondtemperatuur:** 220 °C

### **Bestanddele:**

- 2 gepekelde en gerookte varkskenkels
- 4 lourierblare
- 1 ui, in kwarte gesny
- 2 wortels, in skywe gesny
- 1 bouquet garni
- 4 heel naeltjies

### **GLASEERSEL**

- 60 ml heuning
- 60 g botter

- 5 ml mosterd

## **Stap: 1**

Sit die skenkels in 'n groot kastrol. Voeg die lourierblare, ui, wortels, bouquet garni en naeltjies by. Bedek dit met water. Verhit tot kookpunt, sit die deksel op en laat prut die vleis tot sag – ongeveer 2½ tot 3 uur lank, afhangend van die grootte van die skenkels. Laat die skenkels 'n rukkie in die vloeistof staan om af te koel en haal dit dan uit. Voorverhit die oond.

## **Stap: 2**

Maak insnydings in die swoerd om te keer dat dit inmekaar trek. Sit die skenkels op 'n rakkie bo-oor 'n oondpan.

## **Stap: 3**

Meng die heuning, botter en mosterd vir die glaseersel deur dit saam te verhit totdat die botter gesmelt is. Verf dit oor die skenkels en rooster die skenkels in die oond totdat die vet goudbruin en bros is. Sit dit voor met aartappels en sauerkraut.

## **Wat is sauerkraut?**

Sauerkraut (of suurkool) is gesnyde kool wat met sout gefermenteer is en waarby jenewerbessies vir geur bygevoeg is. Dié fermentasieproses het sy oorsprong in die tyd toe dit nodig was om die kool tydens die lang, koue winters van Noord-Europa te preserveer vir latere gebruik. Suurkool kombineer baie goed met gerookte vleise of worse, en met kapokaartappels of gekookte aartappels daarby is dit 'n gewilde ete. Suurkool, geblik of gebottel, is vandag geredelik beskikbaar in supermarkte.