

# Rezepte zum Sammeln

## Kochen auf Südtirolerisch

### Selchkarree oder Surfleisch

Für 4 Personen:

#### Zutaten:

800 g Surfleisch (Selchkarree,  
Schopf, Rippen oder Haxe)  
½ Zwiebel  
50 g Lauch  
2 Petersilienstengel  
1 Lorbeerblatt  
½ TL Pfefferkörner, zerdrückt  
Salz

#### Zubereitung:

Reichlich Wasser zum Kochen bringen und das Surfleisch in das Wasser geben. Leicht wallend oder unter dem Siedepunkt mit der Zwiebel, dem geputzten Lauch, den Petersilienstengeln, dem Lorbeerblatt und den Pfefferkörnern gar ziehen lassen.

Gartemperatur: 85-90 Grad  
Garzeit: etwa 1 Stunde (Haxe etwa 2 Stunden)

#### Tipps

Als Beilage eignen sich Sauerkraut, gedünstetes Weißkraut, Speckknödel und Kartoffelpüree.

Servieren Sie Sahnemeerrettich oder Senf dazu.

Sie können das Fleisch auch im Sauerkraut gar ziehen lassen.

Gutes Gelingen!

Quelle: „So kocht Südtirol“ [www.so-kocht-suedtirol.it](http://www.so-kocht-suedtirol.it)  
von Heinrich Gasteiger, Gerhard Wieser, Helmut Bachmann - Athesia Verlag

