

# Zwiebelmetwurst Gekocht 1

Kategorien: Metzgerei, Fleisch, Eigen, Schwein

Zutaten für: 1 Rezept

1,4	kg	Schweinebauch, fett
600	Gramm	Schweineschulter
		Kochbrühe

## *PRO KG WURSTMASSE*

---

20	Gramm	Nitritpökelsalz
3 1/2	Gramm	Pfeffer
2	Gramm	Muskat
1/2	Gramm	Koriander
2	Gramm	Zucker
1	Gramm	Ascorbinsäure
60	Gramm	Röstzwiebeln
30	Gramm	Kartoffel od. Maisstärke

### Anleitung:

1. Das Fleisch ca. 1 Stunde kochen, durch die große Scheibe wolfen und wiegen.
2. 25 % vom Fleischgewicht an Kochbrühe zugeben. Möglichst von oben das Fett abschöpfen.
3. Jetzt das Gewicht der Wurstmasse ermitteln und entsprechend die Gewürze abwiegen und zugeben.
4. Alles untermengen und durch die 3,5 mm - Scheibe wolfen.
5. Nochmals durchmengen und in Gläser abfüllen. In entsprechenden Töpfen, 1,5 Stunden leicht sprudelnd sterilisieren.

Oder im Backofen im hohen dichten Blech od. Kaserolle mit zurechtgeschnittenen Kartong oder Küchentuch bedeckt, die Gläser stellen. In den backofen stellen und warmes Wasser ca. 1/2 hoch einfüllen und bei gut 75°C 1.5 Std garen.

Gläser etwas abkühlen lassen und auf einem Tuch auf dem Tisch abkühlen lassen !

Angaben pro 100 g kJ (kcal) 205 (49) Eiweiß 1,2 g Kohlenhydrate 7,7 g Fett 1,0 g