



„SARMA“ KRAUTROULADEN NACH BALKANART

Zutaten:

1 großer sauer eingelegter Krautkopf (ca. 2,5 kg)
500 g Faschiertes/Hackfleisch (ich verwende Jungrind)
2 kleine oder 1 große Zwiebel
3-4 Knoblauchzehen
2 Karotten
150 g Langkornreis
2 EL Öl
ca. 100 g Trockenfleisch „Pastrma“
3-4 Lorbeerblätter
ca. 2-2,5 l Wasser
Salz, Pfeffer, Vegeta natur



Für die Mehlschwitze:

12 EL Öl (=ca. 90 ml)
3 TL Paprikapulver
(ich verwende süßes und geräuchertes)
3 geh. EL Mehl (=ca. 70 g)

Zubereitung:

- 1) Beginnt mit dem Sauerkraut. Entfernt den Strunk und löst die Blätter vorsichtig ab. Am Ende bleibt in der Mitte ein Teil mit recht kleinen Blättern. Dieser wird in größere Stücke geschnitten und auf den Boden eines großen Topfes gegeben, in den ihr später die Sarme schichtet. Dieser Boden dient als Schutz vorm Anbrennen oder Ankleben.
- 2) Abhängig davon wie sauer oder salzig euer Kraut ist, müsst ihr auch den folgenden Schritt anpassen. Das Kraut das ich verwende ich eher mild. Daher wasche ich die einzelnen Blätter unter fließendem, warmem Wasser kurz ab oder tauche sie in eine Schüssel mit Wasser und gebe sie anschließend in ein Sieb zum Abtropfen. Gekauftes Sauerkraut aus dem Supermarkt ist meiner Erfahrung nach sehr sauer und salzig. Da empfehle ich euch, die Blätter in heißem Wasser einzuweichen und anschließend jedes Blatt nochmal unter kaltem Wasser abzuspülen. Alternativ könnt ihr die Blätter auch über Nacht in eine große Schüssel mit kaltem Wasser legen und in der Früh abtropfen lassen.
- 3) Jetzt wird der dicke Strunk am Blattanfang entweder herausgeschnitten (bei großen Blättern) und die Blätter halbiert oder etwas dünner geschnitten (siehe Video). Diese dicken Teile müsst ihr nicht wegwerfen sondern könnt sie zu den anderen Resten im Topf geben. Auf dem Boden verteilt ihr noch ein paar Würfel oder Scheiben Pastrma.
- 4) Bereitet die Füllung vor: Zwiebeln, Karotten und Knoblauch werden ganz fein geschnitten (ich zerkleinere sie im Universalzerkleinerer). Vermischt sie mit dem Fleisch, dem gewaschenen Reis, Öl und den Gewürzen wie Salz, Vegeta und Pfeffer. Ich verwende jeweils ca. 2 TL Salz und Vegeta und ca. ½ TL Pfeffer. Ich weiß, es klingt komisch aber es empfiehlt sich, die Masse zu probieren um zu sehen ob sie genug Würze enthält, denn Sarme sind nur so gut wie das Kraut und die Füllung die man verwendet.
- 5) Eingerollt werden sie indem ihr auf die eine Seite des Blattes eine kleine Menge an Fleisch in Röllchenform setzt. Klappt das Blatt ein Mal von unten um, um die Füllung zu verschließen, anschließend von der linken Seite und rollt das Blatt straff aber auch nicht zu straff auf, da der Reis beim Kochen aufgeht und etwas Platz braucht. Bei zu fest aufgerollten Sarme, kann es passieren, dass sie euch beim Kochen platzen oder aufgehen.



„SARMA“ KRAUTROULADEN NACH BALKANART

6) Schichtet sie eng nebeneinander in den großen Topf. Danach gebt ihr einen kleinen Teller auf die Sarme, um sie zu beschweren, damit sie sich beim Kochen nicht öffnen oder an der Oberfläche schwimmen. Manche Leute verwenden auch einen großen Stein, den sie zusätzlich auf den Teller geben um ihn zu beschweren. Bei mir war das bislang nie notwendig.

7) Füllt die Sarme mit 1,5 l warmen Wasser auf, bis dieses sie bedeckt. Der Topf kommt jetzt auf den Herd und wird zunächst aufgekocht. Sobald das der Fall ist, wird die Hitze reduziert (bei mir Stufe 2-3 von 9) und die Sarme werden bei niedriger Hitze ca. 1,5-2 Stunden oder nach Wunsch sogar länger geköchelt. Nach etwa einer halben Stunde solltet ihr kontrollieren wie viel Wasser übrig ist und bei Bedarf nachfüllen. Sie sollten immer ein wenig bedeckt sein.

8) Nach dem Kochen entfernt ihr den Teller und die Lorbeerblätter und füllt die Flüssigkeit in der die Sarme waren in eine Schüssel um und bereitet die Mehlschwitze zu. In einem Topf erhitzt ihr das Öl. Dann rührt ihr das Mehl und Paprikapulver ein und wenn sich eine homogene Mischung gebildet hat, fügt ihr unter Rühren die Flüssigkeit hinzu. Kocht diese Sauce ca. 5 min lang bis sie schön dickflüssig ist. Würzt sie bei Bedarf mit Salz und Pfeffer. Sollte sie euch zu sauer vorkommen, könnt ihr die Säure mit ein wenig Zucker mildern (ca. 1-2 TL). Gebt die Sauce zurück zu den Sarme und schön könnt ihr anrichten.

Tipps:

+Wenn euch die Sauce nicht dickflüssig genug ist, macht noch eine Mehlschwitze aber mit der Hälfte der Menge an Mehl, Paprikapulver und Öl, damit sie euch nicht zu dickflüssig wird.

+Wenn die Sauce zu sauer ist, mildert sie mit Zucker oder zusätzlichem Wasser ab.

+Wenn euch Füllung übrig bleiben sollte, friert sie ein und verwendet sie für die nächste Tour Sarme.

+Wenn ihr eine größere Menge Sarme macht, könnt ihr diese gekocht oder ungekocht/roh einfrieren. Gefrorene, ungekochte und rohe Sarme könnt ihr leicht antauen lassen, bis sie sich voneinander lösen lassen. Dann schichtet ihr sie in den Topf und köchelt sie ca. eine halbe Stunde bis Stunde länger, da sie ja gefroren sind. Wenn ihr fertig gekochte Sarme einfriert könnt ihr das mit oder ohne Sauce machen. Taut sie einfach langsam auf und erhitzt sie auf niedriger Stufe im Topf. Nach Bedarf fügt ihr noch Wasser hinzu und macht eine Mehlschwitze.



RECEPT ZA SARME

Sastojci:

1 veća glavica kiselog kupusa (ca. 2,5 kg)
500 g mljevenog mesa (ja koristim junetinu)
2 manje ili jedna velika glavica luka
3-4 čehne bijelog luka
2 mrkve
150 g riže dugog zrna
2 kašike ulja
ca. 100 g suhog mesa
3-4 lovorova lista
ca. 2-2,5 l vode
so, biber, vegeta natur

Za zapršku:

12 kašika ulja (=ca. 90 ml)
3 kašičice crvene mljevene paprike
(ja koristim dimljenu i slatku)
3 vrhom pune kašike brašna (=ca. 70 g)

Priprema:

- 1) Počnite sa kiselim kupusom. Izdubite mu korijen i oprezno odvojite listove. Na kraju u sredini uvijek ostane dio sa jako malim listovima. Taj dio izrežite na grublje komade i koristite kao podlogu u šerpi kako vam sarme nebi zagorjele.
- 2) Zavisno od kiseline kupusa, listove trebete oprati na malo drugačiji način. Kupus koji koristim je prilično blag tako da listove samo kratko saperem pod mlazom tople vode ili ih umočim u zdjelu punu vode a zatim stavim na stranu da se ocijede. Ovisno od toga koliko je vaš domaći kupus kiseo i koliko volite da vam sarme budu kisele morat ćete sami ocijeniti koliko da ih ispirate. Ako koristite kupovni kiseli kupus koji često bude jako kiseo i slan, listove možete potopiti u vreloj vodi pa ih zatim oprati hladnom vodom ili ih preko noći ostaviti u hladnoj vodi pa ujutro procijediti.
- 3) Kad ste listove oprali odstranite zadebljanje na rubovima na način kao što je pokazano u videu. Velike vanjske listove prepolvite kako vam sarme nebi bile prevelike. Po želji i debele dijelove koje odrežete od listova možete staviti u šerpu kako biste ih iskoristili. Po dnu poslažite i nekoliko komada suhog mesa.
- 4) Pripremite punjenje: crveni luk, mrkvu i bijeli luk isitnite na što manje kockice (ja koristim multipraktik). Pomiješajte ih sa mesom, opranom rižom, uljem i začinima kao što su so, biber i vegeta natur (od soli i vegete koristim po 2 kašičice a od bibera pola kašičice). Znam da je za nekoga čudno ali bih vam preporučila da probate smjesu da vidite da li je dovoljno slana jer ukus punjenja odlučuje i o krajnjem ukusu sarme.
- 5) Sarme motajte tako što ćete na jedan kraj lista staviti manju količinu mesa u obliku valjka. List jednom preklopite sa donje strane, pa sa lijeve strane a zatim zarolajte – čvrsto ali ne prečvrsto jer će se prilikom kuhanja riža povećati i trebaće joj mjesta. Ako ih prečvrsto zarolate velika je šansa da će vam popucati ili se otvoriti.





RECEPT ZA SARME

6) Poslažite sarme gusto jednu pored druge na dno šerpe kako se nebi otvorile. Kad ste sve sarme poslagali, stavite manji tanjir na vrh koji će služiti kao teret kako se sarme nebi otvarale ili počele da plivaju na površini. Neko na tanjir stavi i kamen kao dodatni teret ali meni lično to nikad nije bilo potrebno.

7) Sarme zalijte sa otprilike 1,5 l tople vode tako da ih prekrije. Stavite šerpu da prokuha (pri tome stavite poklopac). Čim je voda prokuhala, smanjite vatru. Kod mene je to 2. ili 3. stepen od 9. Na toj tihoj vatri ih kuhajte oko sat i po do dva sata a po želji i duže. Nakon otprilike pola sata provjerite koliko je vode ostalo i po potrebi dospite još vrele vode da sarme uvijek budu pokrivene.

8) Nakon kuhanja odstranite tanjir i lovorov list a vodu u kojoj su se sarme kuhale prelijte u jednu posudu pa pripremite zapršku. U loncu zagrijte ulje, dodajte brašno i mljevenu papriku i malo popržite. Zatim postepeno dodajte vodu u kojoj su se sarme kuhale. Ovaj umak ostavite oko 5 min da još malo krčka dok se ne zgusne. Začinite ga solju, biberom i manjom količinom šećera (kašticu ili dvije) ako vam se čini da je malo kiseliji. Šećer će ga razblažiti. Zatim ga vratite u šerpu sa sarmama.

Savjeti:

+Ako vam umak nije dovoljno gust, napravite još jednu zapršku, ali ovaj put prepolovite mjere za brašno, ulje i papriku kako vam na kraju umak nebi bio pregust ili premasan.

+Ako vam je prekiseo, dodajte još malo vode ili ga razblažite manjom količinom šećera.

+Ako vam ostane punjenja, zamrznite ga pa ga iskoristite za slijedeću turu sarmi.

+Ako napravite veću količinu sarmi možete da ih zamrznete sirove ili skuhane. Zamrznute sirove sarme prije kuhanja odledite tek toliko da ih možete odvojiti jednu od druge i fino poredati u šerpu. Trebaćete ih kuhati jedno pola sata do sat vremena duže pošto su zaleđene. Ako se odlučite da već skuhane sarme zamrznete možete to učiniti sa i bez umaka. Kad vam zatrebaju, ugrijte ih na srednjoj vatri i po potrebi dodajte još vode i napravite zapršku.