# Wirsing-Gemüse nach Omas Art

Grünes Gemüse ist für Kinder in der Regel das Zeichen, möglichst schnell die Flucht zu ergreifen. Bei diesem Gemüse kenne ich allerdings keinen Knirps der widerstehen kann. Und auch Jahre später liebe es immer noch: Wirsing mit Kartoffeln und Speck – ein heiß geliebter Klassiker meiner Kindheit.



Foto: Linda Katharina Klein
**Zutaten (4 Portionen)**: 1 großer Wirsing-Kohlkopf | 500 Gramm Kartoffeln | 100 Gramm Speck | 3 Esslöffel Sellerie-Salz | 2 Teelöffel Natron |  1 Teelöffel Muskatnuss



Foto: Linda Katharina Klein

**Zubereitung (40 Minuten):** 1. Zwei große Töpfe voll Wasser zum Kochen bringen. 2. Kartoffeln schälen, vierteln und ins kochende Wasser geben. 3. Wirsing waschen, in große Stücke reißen bzw. schneiden und 25 Minuten kochen (nach dem ersten Aufkochen vier Teelöffel Natron in Wasser geben). 4. Kartoffeln abschütten und stampfen. 5. Wirsing abgießen und Sud auffangen. 6. Kartoffeln und Wirsing vermengen und zusammen nochmals stampfen, etwas Sud dazugeben, bis es cremig ist. 7. Speck in feine Würfel und in heißem Topf auslassen, bis sie kross sind. 8. Speck zum Wirsing geben und mit Muskatnuss und Selleriesalz abschmecken. 9. Servieren oder bei 100° Grad 120 Minuten einkochen (bitte beachte dazu auch meine Einkochhinweise).

Du suchst ein anderes Wirsing-Rezept? Dann ist mein Rahmwirsing vielleicht das Richtige für dich! Jetzt noch mehr Rezepte für Hausmannskost entdecken!

**Nährwerte/Portion:** 262 Kalorien | 6,1 Gramm Fett | 40,1 Gramm Kohlenhydrate | 14,9 Gramm Eiweiß