



Boerewors

Würzige Grillwürste aus Südafrika

Boerewors (Afrikaans für Bauernwurst) ist eine zu einer großen Schnecke aufgerollte Grill- beziehungsweise Bratwurst. Sie besteht klassischerweise aus fein gehacktem Rind-, Schweinefleisch und Wildfleisch (zum Beispiel Antilopen, Zebra) und wird kräftig gewürzt, unter anderem mit Thymian, Koriander und Muskatnuss. Die Zusammenstellung einer Boerewors ist in Südafrika seit 1990 gesetzlich geregelt.

ZUTATEN (für 6 Personen)

1500 g Rindfleisch
1500 g Schweinefleisch
500 g Speck gewürfelt
125 ml Rotwein-Essig
50 ml Worcestersoße
1 Stk. Knoblauchzehen gepresst
1 TL Piment
1 TL Thymian
1 TL Gewürznelke
1 TL Muskatnuss
2 TL Pfeffer
1 TL Koriander
Hüllen für die Würste

1 Zuerst das Fleisch sehr klein würfeln. Dann alle übrigen Zutaten zu dem Fleisch geben und gut vermischen. Die Mengenangaben bei den Gewürzen lassen sich dabei je nach Geschmack variieren.

2 Anschließend die Fleischmasse in die Wursthüllen füllen und je nach Wunsch die Würste zu Schnecken zusammendrehen.

3 In Südafrika werden die Boerewors traditionell über Holzkohle gegrillt. Alternativ können sie aber auch in der Pfanne gebraten werden, bis sie durch sind.

Guten Appetit!