

Gefüllter Schweinerückenbraten in schwarzer Knoblauch-Bohnen- Sauce mit Champignon-Bulgur



Gefüllter Braten mit Reis

Diesmal gibt es einen gefüllten Schweinerückenbraten asiatisch angehaucht. Du kennst schwarze Knoblauch-Bohnen-Sauce? Du hast sie sicherlich schon einmal beim Asia-Imbiss in einem Gericht gegessen. Aber Du kannst darin auch einen Braten garen. Du isst hoffentlich gerne Knoblauch? Denn sowohl in der Sauce wie auch in der Füllung des Bratens ist eine Menge davon. Bulgur ist Dir sicherlich aus der türkischen oder orientalischen Küche bekannt. Er eignet sich mit dieser schmackhaften Sauce gut als Beilage. Du wirst überrascht sein, welche äußerst wohlschmeckende Sauce sich beim Garen bildet. Und über dieses Gericht mit Einflüssen aus drei Kulturkreisen.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Scheibe Schweinerückenbraten, etwa 250 g
- 2 Lauchzwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 4 große Champignons
- 1 TL schwarze Knoblauch-Bohnen-Sauce
- 300 ml Wasser
- $\frac{1}{2}$ Tasse Bulgur
- Sesamsaat
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 40 Min.

Schwarte des Schweinerückenbratens mit einem scharfen Messer einige Male einschneiden. Braten längs bis fast zur Schwarte tief einschneiden. Lauchzwiebeln putzen und längs halbieren. In Stücke entsprechend der Länge des Bratens schneiden. Knoblauchzehen schälen und in dünne Scheiben schneiden. Eine Champignon in Scheiben schneiden. Die restlichen kleinschneiden. Öl in einer kleinen Pfanne erhitzen und die kleingeschnittenen Champignons darin anbraten. Beiseite stellen.

Schweinerückenbraten mit den Lauchzwiebelstücken und Knoblauch- und Champignonscheiben füllen und mit Küchengarn 2–3 Mal quer zusammenbinden. Öl in einem großen Topf erhitzen und den Braten auf beiden Seiten kross anbraten. Mit Wasser ablöschen und schwarze Knoblauch-Bohnen-Sauce hinzugeben. Zugedeckt bei geringer Temperatur 30 Minuten köcheln lassen.

Währenddessen 1 $\frac{1}{2}$ Tassen Wasser in einem Topf erhitzen, Bulgur hinzugeben, zum Kochen bringen, Herdplatte ausschalten und 10–15 Minuten nur noch ziehen lassen. Durch ein Sieb und in eine Schüssel geben und mit den Champignonsstückchen vermischen. Etwas Sesamsaat in einer kleinen Pfanne ohne Fett erhitzen und leicht rösten.

Schweinerückenbraten herausnehmen, Küchengarn entfernen und

auf einen Teller geben. Eventuell den Braten mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Champignon-Bulgur daneben geben und ein wenig von der Schwarzen-Bohnen-Sauce darüber verteilen. Sesamsaat über den Braten geben und alles servieren.

Aus der Pfanne



„Was Ihr wollt!“

Du willst es? Du kriegst es! Fleisch mit Pasta. Du hast kein Geld? Macht nichts! Frische Pasta bekommst Du beim Discounter für wenig Geld. Holzfällersteak ist das Entrécôte des armen Mannes. Das gibt's auch für wenig Geld bei Deinem Schlachter. Frag ihn danach! Du kannst nicht kochen? Brauchst Du nicht können! Stell eine Pfanne auf den Herd und stell die Herdplatte an. Gib Öl und die Zutaten hinein. Der Herd macht alles von allein. Pasta bekommt 10 Minuten, das Steak auf jeder Seite 2 $\frac{1}{2}$ Minuten. Nur das Rühren bei der Pasta nicht

vergessen! Auf Salz und Pfeffer wird diesmal verzichtet. Das Steak bekommt einige Spritzer dunkle Sojasauce. Kennst Du vom China-Imbiss! Das bekommt auch der Pasta, wenn etwas rüberschwappt. Und nicht vergessen, Holzfällersteak ist Schweinefleisch. Also, gut durchbraten!

Zutaten für 1 Person:

1 Holzfällersteak, ca. 400 g
250 g frische Eierspätzle
etwas dunkle Sojasauce
öl

Schweinerückensteak solo



Leckerer Steak mit Speck, Frischkäse und Thymian

Ein kleiner Snack für zwischendurch. Das Schweinerückensteak musste aufgebraucht werden. Es wurde auf beiden Seiten

großzügig gesalzen und gepfeffert. Dann in eine Scheibe durchwachsenen Bauchspeck eingewickelt. In der Pfanne in heißem Öl bekam es – da 300 g schwer und etwas dick – auf jeder Seite bei geringer bis mittlerer Temperatur 5–7 Minuten. 2 Minuten vor Ende der Garzeit erhielt es oben drauf zwei kleine Scheiben Frischkäsezubereitung mit Ananas und Papaya. Und als Krönung einige Zweige frischer Thymian. Das Steak bleibt auf diese Zubereitungsart innen noch leicht rosé, was auch der auf dem Teller austretende Fleischsaft verrät. Und bei der fruchtigen Käsezubereitung bin ich doch überrascht, wie gut sich diese Süße mit einem herzhaften Gericht verträgt und den Geschmack unterstützt.

Holzfällersteak mit Spargel und Frischkäsesauce



Steak, Spargel, Käsesauce

Das Holzfällersteak – Entrécôte des armen Mannes – sollte es eigentlich für Papa am Vatertag geben. Aufgrund verschiedener Umstände, darunter auch einige abendliche Spielfilme, wurde es spät und dann war der Feiertag vorbei. Das Steak wird in hochofenzugbarem Öl auf jeder Seite 2–3 Minuten scharf gebraten, der danach auf dem Teller austretende Fleischsaft zeigt, dass es nicht Trockengebieten wurde. Gewürzt wird sparsam nach dem Braten nur mit Salz und schwarzem Pfeffer. Dazu gab es ein Pfund frischer Spargel. Für die Sauce hatte ich – mangels Butter und Milch für eine Béchamelsauce oder sogar nur eine einfach Mehlschwitze – drei Alternativen. Einmal hatte ich geriebenen Emmentaler, der mit 45 % Fettanteil sicher in Weißwein zu einer Käsesauce geschmolzen wäre. Zum anderen einen dänischen Schnittkäse, Caverna, dessen Schmelzfähigkeit mit 15,5 % Fettanteil jedoch fraglich war. Und schließlich eine Frischkäsezubereitung mit Ananas, Papaya und Mandeln mit 25 % Fett. Letztere erscheint zwar ein wenig unpassend, aber Frischkäse schmilzt und bildet eine sämige Sauce. Zusammen mit dem Weißwein ergibt sich dann eine Käsesauce, die süß, fruchtig und leicht säuerlich schmeckt, gut zu den Spargeln passt, und die Mandelsplitter bieten noch etwas Knabberspaß. Gewürzt wird die Frischkäsesauce trotz der Fruchtanteile mit Salz, weißem Pfeffer und Muskat. Meine Standard-Kräuter-Würze getrocknetes Wurzelgrün dient zum Garnieren des Gerichts.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Holzfällersteak, etwa 400 g
- 500 g Spargel
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 60 g Ananas-Papaya-Mandel-Frischkäsezubereitung
- trockener Weißwein
- Muskat
- Salz
- weißer Pfeffer

- schwarzer Pfeffer
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 20 Min.

Spargelenden abschneiden und Spargel schälen. Wasser in einem großen Topf erhitzen und die Spargel 12–15 Minuten darin garen. Währenddessen Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Öl in einem Topf erhitzen und Zwiebel und Knoblauch darin andünsten. Mit einem großen Schuss Weißwein ablöschen und den Frischkäse dazugeben und darin auflösen. Mit einem Schneebesen gut verrühren. Mit Salz, weißem Pfeffer und Muskat würzen und abschmecken. Warmstellen.

Hoherhitzbares Öl in einer Pfanne erhitzen und das Holzfällersteak auf beiden Seiten jeweils 2–3 Minuten kräftig anbraten. Auf beiden Seiten mit Salz und schwarzem Pfeffer würzen und das Steak auf einen Teller geben. Die Spargel daneben legen und die Frischkäsesauce über die Spargel geben. Mit etwas Wurzelgrün garnieren.

Gulasch „Spezial“ mit Eierspätzle



Fleisch mit Pasta

So richtig passt das nicht zusammen, denn das Gulasch wird in einer Marinade aus asiatischen Saucen mariniert. Und dazu dann schwäbische Eierspätzle. □ Aber man kann auch einfach sagen: Fleisch mit Pasta. Dann passt es besser. Und wie immer das Gulasch mit viel Zwiebeln und einigen Champignons zubereitet und sehr lange köcheln lassen, um einen runden Geschmack zu bekommen.

Das Gulasch schmeckt nach dem Zubereiten und Reduzieren der Sauce ungewohnt, aber sehr aromatisch. Sriracha liefert Schärfe, Chilipaste ein wenig Süße, Sojasauce, Rotwein, Rotweinessig und Tomatenmark geben Bindung, Farbe und runden den Geschmack ab. Die als erstes angebratenen Sardellen sind nur ganz schwach im Hintergrund zu schmecken und machen die Sauce harmonisch. Nach dem Reduzieren auf ein Drittel der ursprünglichen Sauce hat sie auch keine rötliche Chilifarbe mehr, sondern nimmt eine schöne, braune Gulaschfarbe an. Und das Fleisch selbst ist nach 1,5-stündigem Köcheln natürlich butterweich. Versteht sich!

Zutaten für 1 Person:

- 250 g Gulasch (Schwein)
- 2 große Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 4 große Champignons
- 3–4 in Öl eingelegte Sadellen
- 1 TL Tomatenmark
- trockener Rotwein
- 2 TL Aceto Balsamico di Modena
- 500 ml Wasser
- Salz
- Sardellenöl

Für die Marinade:

- 3 TL helle Sojasauce
- 1 EL Chilipaste mit Sojabohnenöl
- 1 TL Sriracha (scharfe ChilisaUCE)

- 250 g Eierspätzle

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Marinierzeit 2–3 Stdn. | Garzeit 1 Std. 30 Min.

Zutaten für die Marinade in eine Schüssel geben und verrühren. Gulasch eventuell noch etwas klein schneiden, dann in die Schüssel geben und gut mit der Marinade vermischen. 2–3 Stunden im Kühlschrank marinieren lassen.

Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen und in grobe Stücke schneiden. Lauchzwiebel putzen und in Ringe schneiden. Champignons halbieren und auch in grobe Stücke schneiden. Sardellen mit etwas von dem Öl, in dem sie eingelegt sind, in einen großen Topf geben, erhitzen und anbraten. Wenn sie genügend angebraten sind, zerfallen sie meist in kleine Stücke. Gulasch mit der restlichen Marinade dazugeben und anbraten. Zwiebel, Knoblauch und Lauchzwiebel dazugeben und mit anbraten. Dann das Tomatenmark hinzugeben und kräftig anbraten. Champignons hinzugeben, mit einem großen Schuss

Rotwein ablöschen und die Röststoffe mit dem Kochlöffel vom Topfboden lösen. Rotweinessig und Wasser hinzugeben. Mit Salz würzen, alles gut verrühren und zugedeckt bei mittlerer Temperatur 30 Minuten köcheln lassen. Dann ohne Deckel nochmals etwa 60 Minuten garen und die Sauce auf ein Drittel reduzieren. Sauce abschmecken.

Zum Ende der Garzeit die Eierspätzle nach Anleitung zubereiten. Auf einen großen Teller geben, großzügig das Gulasch und die Sauce darüber verteilen und servieren.

Schweinekrustenbraten in Kaffeesauce mit Tortiglioni



Braten, Pasta, Sauce

Ein Gericht ganz nach dem Motto meines Blogs und natürlich meinem Geschmack. Inspiriert von Gerds Spaghetti, unter

anderem mit Sternanis zubereitet, von [Toettchen](#) kam ich auf die Idee, für meinen zuzubereitenden Schweinekrustenbraten auch Sternanis zu verwenden.

Traditionell bereite ich eine Bratensauce mit Sternanis mit Bratenfond und weiteren Gewürzen zu. Das ergibt zwar eine würzige, aber doch eher gängige Sauce zu einem Braten. Auf Bratenfond verzichte ich daher, denn dann hätte ich ja schon fertig zubereitete Bratensauce. Ich will aber die neuen Aromen der Zutaten in die Sauce aufnehmen lassen.

Zu Sternanis sollte noch anderes passen. Und das sollte durchaus kräftig, dunkel und schwer sein. Möge die Macht der Sauce also mit Dir sein! ☐ Es bietet sich Kaffee an, natürlich Tomatenmark für die Farbe und Bindung, aber auch etwas Balsamicoessig und Sojasauce. Weitere ganze Gewürze wie frische Lorbeerblätter, Pimentkörner, Wacholderbeeren, Gewürznelke und Pfefferkörner unterstützen den Geschmack. Und einige frische Kräuter wie Salbei und Thymian runden die Sauce ab.

Und wer sich über das geringe Gewicht des Schweinekrustenbratens wundert: Ich habe mir beim Schlachter den gekauften Braten gleich in 1-Person-taugliche 250 g schneiden lassen und die Portionen so eingefroren. Denn bei einem höheren Gewicht müsste ich ja mindestens zwei Tage davon essen, was ich nicht gerne mache.

Da viele ganze Gewürze und Kräuter in der Sauce mitgegart werden, gibt man die Sauce vor dem Servieren des Gerichts durch ein Sieb, auch wenn dadurch Schalotten und Knoblauch aus ihr entfernt werden. Die Sauce wird schwer, dunkel und aromatisch und schmeckt fantastisch, das Fleisch dunkelbraun, die Schwarte schwarz, aber beides ist butterzart.

Zutaten für 1 Person:

- Schweinekrustenbraten, etwa 250 g
- 2 Schalotten

- 2 Knoblauchzehen
- Öl
- Butter

Für die Sauce:

- 1 TL Tomatenmark
- trockener Rotwein
- 1 große Tasse Kaffee
- 1 TL Aceto Balsamico di Modena
- 1 $\frac{1}{2}$ TL dunkle Sojasauce

Für das Würzen:

- 1 Sternanis
 - 5 Pimentkörner
 - 4 Wacholderbeeren
 - $\frac{1}{2}$ TL Pfefferkörner
 - 1 Gewürznelke
 - 4 frische Lorbeerblätter
 - 5 Salbeiblätter
 - einige Zweige Thymian
 - Salz
-
- 125 g Tortiglioni

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 1 Std. 20 Min.

Schwarte des Krustenbratens kräftig einschneiden. Der Braten wird nicht gewürzt, er bekommt seine Würze beim Garen durch die kräftige Sauce. Hoherhitzbares Öl in einer Pfanne erhitzen und Braten von allen Seiten kräftig anbraten. Dann auf die Schwartenseite des Bratens stellen, eventuell mit einer Fleischgabel dabei festhalten und Schwarte knusprig braten. Das Anbraten darf ruhig kräftig rauchen, weil das Öl hohe Temperaturen annehmen soll. Herausnehmen und zur Seite legen.

Schalotten und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden.

Butter in einem Topf erhitzen, der groß genug für den Braten ist, und Schalotten und Knoblauch darin kräftig anbraten. Tomatenmark hinzugeben und ebenfalls kräftig anbraten. Es sollen sich viele dunkle Roststoffe am Topfboden bilden. Mit einem Schuss Rotwein ablöschen, Kaffee, Rotweinessig und Sojasauce hinzugeben. Dann alle Gewürze und Kräuter hinzugeben und mit Salz würzen. Bratenstück hinzugeben und zugedeckt bei geringer Temperatur 30 Minuten köcheln lassen. Dann ohne Deckel bei mittlerer Temperatur nochmals 30 Minuten köcheln und dabei die Sauce auf ein Drittel reduzieren. Dann mit Salz abschmecken.

Währenddessen Pasta nach Anleitung zubereiten. Braten aus der Sauce nehmen und auf einen Teller geben, daneben die Tortiglioni. Sauce durch ein Sieb geben, darüber verteilen und alles servieren.

Schweineschnitzel natur mit Champignonsößchen zu Reis



Schnitzel natur

Nach dem Schnitzel Wiener Art nun noch Schnitzel natur. Dazu passt ein kleines Sößchen, das man mit trockenem Weißwein, Gemüsefond und ein paar Champignons zubereitet. Ein Zweig frischer Rosmarin gibt beim Braten und Zubereiten der Sauce etwas zusätzliches Aroma. Und da diesmal Reis dazu serviert wird, musste natürlich das Sößchen dazu. Der Reis bekommt durch einen Eierring seine hübsche Form.

Zutaten für 1 Person:

- 2 Schweineschnitzel
- 4 Champignons
- trockener Weißwein
- Gemüsefond
- 1 Zweig frischer Rosmarin
- Salz
- Pfeffer
- Butter

- Basmatireis

Zubereitungszeit: 15 Min.

Reis nach Anleitung zubereiten. Währenddessen Schnitzel mit Salz und Pfeffer würzen. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Schnitzel auf jeweils beiden Seiten etwa 2 Minuten kräftig anbraten. Dabei den Rosmarinzweig beim Braten auf die Schnitzel dazugeben. Schnitzel herausheben und warmstellen. Champignons halbieren. Bratreste mit einem Schuss Weißwein ablöschen und vom Pfannenboden ablösen. Etwas Fond hinzugeben. Ebenfalls die Champignons und auch den beim Braten verwendeten Rosmarinzweig. Champignons einige Minuten garen und Sauce mit Salz und Pfeffer würzen.

Schnitzel auf einem Teller anrichten, Reis in einem Eierring in schöne Form bringen, Champignons daneben legen und die Sauce über alles verteilen.

Panierte Schweineschnitzel, gebratene Speckknödelscheiben und Tomatensalat



Schnitzel und Knödelscheiben

Röststoffe über Röststoffe. Und nein, das sind keine Wiener Schnitzel. Denn der Begriff „Wiener Schnitzel“ ist geschützt, ein Wiener Schnitzel muss aus einem Kalbsschnitzel zubereitet sein. Deswegen sind dies hier einfache, panierte Schweineschnitzel, die aber dennoch lecker sind. Und zu paniertem Fleisch passt eigentlich nichts Flüssiges, also keine Sauce, sondern eben gleichfalls Geröstetes. Also gibt es zwei Speckknödel, in Scheiben geschnitten und knusprig in Butter gebraten, dazu. Abgerundet wird das Gericht mit einem kleinen Tomatensalat. Und ja, wie auch beim Wiener Schnitzel passen einige Spritzer Zitronensaft auch gut zu diesen panierten Schweineschnitzeln.

Zutaten für 1 Person:

- 2 Schweineschnitzel
- 2 Speckknödel
- 1 EL Mehl
- 1 Ei
- 2 EL Paniermehl
- Salz

- Pfeffer
- Butter

Für den Salat:

- 2 Tomaten
- $\frac{1}{2}$ Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- $\frac{1}{4}$ Lauchzwiebel
- 1 TL Olivenöl
- 2 TL Aceto Balsamico di Modena
- $\frac{1}{4}$ TL Senf
- Zucker
- Salz
- Pfeffer

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 15 Min.

Schalotte und Knoblauchzehe schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel putzen und in Ringe schneiden. Tomaten in kleine Stücke schneiden. Alles in eine Schüssel geben. Öl und Balsamicoessig in eine Schale geben, Senf hinzugeben und mit einer Prise Zucker, Salz und Pfeffer würzen. Gut verrühren.

Speckknödel in dicke Scheiben schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Speckknödelscheiben auf jeder Seite jeweils 4–5 Minuten bei mittlerer Temperatur kross anbraten. Herausnehmen und warmstellen.

Auf drei Tellern jeweils Mehl, das verquirlte Ei und dann Paniermehl verteilen. Schweineschnitzel salzen und pfeffern. Die Schnitzel erst mehlieren, dann in Ei tunken und dann durch das Paniermehl ziehen. Butter in der Pfanne erhitzen und die Schnitzel auf beiden Seiten jeweils 2–3 kross braten.

Schnitzel auf einen Teller geben und die gebratenen Speckknödelscheiben dazulegen. Dressing über die Tomaten geben, verrühren und dazu servieren.

Schweinenackenbraten in Rotweinsauce mit Speckknödeln



Vom Knochen befreiter Nackenbraten mit Speckknödeln

Bei diesem Gericht habe ich Anleihen am vor kurzem zubereiteten [Schinkenkrustenbraten](#) genommen, weil die dortige Rotweinsauce sehr gut gelungen ist und sehr schmackhaft war. Und da ich die gleiche Menge eines Schweinenackenbratens hatte, bot sich diese Zubereitung an. Hinzukamen in die Sauce diesmal noch eine Portion Steinpilze. Als Beilage dazu gab es von den vor ebenfalls einigen Tagen zubereiteten [Speckknödeln](#), die wirklich gut gelungen sind und diejenigen aus der Tüte – natürlich – um Längen in Geschmack und Konsistenz schlagen.

Zutaten für 2 Personen:

- 500 g Schweinenackenfleisch
- 1 Schalotte

- 2 Knoblauchzehen
- eine Portion Steinpilze
- 300 ml Bratenfond
- 300 ml trockener Rotwein
- 2 EL Aceto Balsamico di Modena
- 2 Lorbeerblätter
- 4 Wacholderbeeren
- 1 $\frac{1}{2}$ TL eingelegte, grüne Pfefferkörner
- Steakgewürz
- Zucker
- Salz
- Olivenöl

- 6 Speckknödel

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 1 Std.

Braten mit Steakgewürz und Salz auf beiden Seiten würzen. Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Steinpilze in grobe Stücke schneiden. Öl in einem Topf erhitzen und den Braten auf beiden Seiten kräftig anbraten. Dabei Schalotte, Knoblauch und Steinpilze hinzugeben und ebenfalls mit anbraten. Mit Bratenfond ablöschen und Röstspuren vom Topfboden mit dem Kochlöffel gut ablösen. Rotwein und Balsamicoessig hinzugeben. Ebenso Lorbeerblätter, Wacholderbeeren und Pfefferkörner hinzugeben. Mit einer Prise Zucker würzen. Alles zugedeckt 30 Minuten bei geringer Temperatur köcheln lassen. Dann ohne Deckel nochmals 30 Minuten köcheln lassen und die Sauce reduzieren. Danach Lorbeerblätter herausnehmen. Sauce abschmecken.

Speckknödel frisch zubereiten oder eingefrorene auftauen. Aufgetaute Speckknödel für 10 Minuten in einem Topf mit siedendem Wasser ziehen und erhitzen lassen.

Braten vom Knochen befreien und in zwei Stücke oder Scheiben teilen. Auf zwei Tellern anrichten, Knödel dazugeben und großzügig von der Sauce mit den Pilzen und Pfefferkörnern

darübergeben.

Schinkenkrustenbraten in reduzierter Rotweinsauce mit Bohnenpüree



Braten, Püree und Sauce

Die Kruste des Bratens habe ich einfach übergangen. Der Braten hat nur 500 g für eine Person und ist etwa daumendick. Die Kruste auf einer der schmalen Seiten aufzuknuspern, wäre schwierig geworden, der Braten bleibt so hochkant sicher nicht stabil stehen.

Gewürzt wird der Braten zunächst ganz einfach mit einer Bratenwürze, dann mit Salz und Pfeffer und schließlich mit etwas Senf eingestrichen. Angebraten in Butter mit

kleingeschnittener Schalotte und Knoblauchzehe. Die Sauce wird zubereitet aus Bratenfond, trockenem Rotwein und Baslamicoessig, zusätzlich eingelegte grüne Pfefferkörner, Lorbeerblätter und Wacholderbeeren. Der Braten wird erst im zugedeckten Topf 30 Minuten gegart und danach ohne Deckel weitere 30 Minuten, wobei die Sauce auf ein Drittel reduziert.

Das Bohnenpüree wird aus weißen Bohnen, die 1 Tag in Wasser eingelegt und dann 2 Stunden im Einweichwasser gegart wurden, zubereitet. Einfach erhitzen, mit dem Pürrierstab pürrieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zutaten für 1 Person:

- 500 g Schinkenkrustenbraten
 - 250 ml Bratenfond
 - 300 ml trockener Rotwein
 - 2 EL Aceto Balsamico di Modena
 - 2 Lorbeerblätter
 - 4 Wacholderbeeren
 - 1 $\frac{1}{2}$ TL eingelegte, grüne Pfefferkörner
 - 1 TL Senf
 - Zucker
 - Bratenwürze
 - Salz
 - Pfeffer
 - Butter
-
- 100 g weiße Bohnen

Zubereitungszeit: Einweichzeit 1–2 Tage | Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 3 Stdn.

Weißer Bohnen in einer Schüssel mit kaltem Wasser etwa 1–2 Tage einweichen. Wasser abgießen und Bohnen unter kaltem Wasser abwaschen. Wasser in einem kleinen Topf erhitzen und Bohnen darin 2 Stunden bei geringer Temperatur köcheln. Beiseite stellen.

Braten mit Bratenwürze auf beiden Seiten würzen, ebenfalls mit Salz und Pfeffer. Dann auf jeder Seite mit einem halben Teelöffel Senf bestreichen. Schalotte und Knoblauchzehe schälen und kleinschneiden. Butter in einem Topf erhitzen und den Braten auf beiden Seiten kräftig anbraten. Dabei Schalotte und Knoblauch hinzugeben und ebenfalls mit anbraten. Mit Bratenfond ablöschen und Röstspuren vom Topfboden mit dem Kochlöffel gut ablösen. Rotwein und Balsamicoessig hinzugeben. Ebenso Lorbeerblätter, Wacholderbeeren und Pfefferkörner hinzugeben. Mit einer Prise Zucker würzen. Alles zugedeckt 30 Minuten bei geringer Temperatur köcheln lassen. Dann ohne Deckel nochmals 30 Minuten köcheln lassen und die Sauce auf etwa ein Drittel reduzieren. Danach Lorbeerblätter herausnehmen. Die Sauce mit etwas kalter Butter abbinden und abschmecken.

Kurz vor Ende der Garzeit des Bratens die Bohnen nochmals erhitzen. Dann in eine hohe, schmale Rührschüssel geben und mit einem Pürierstab fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Braten auf einem Teller anrichten, Bohnenpüree dazugeben und großzügig von der Sauce darüberggeben.

Gebratene Koteletts – oder auch T-Bone-Steaks vom Schwein



Filetkoteletts angebraten in der Pfanne

Wieder etwas gelernt. Mein Schlachter erklärte mir, dass es bei Schweinekoteletts, die ich normalerweise nur sehr selten kaufe und diesmal nur aus Preisgründen kaufte, solche ohne und mit Filetteil gibt. Erstere sind normalerweise diejenigen, die man landläufig unter „Koteletts“ versteht, letztere sind schmackhafter und etwas teurer.

Koteletts sind Scheiben aus dem Rippenstück mit Knochen. Das Rippenstück befindet sich auf beiden Seiten der Wirbelsäule hinter dem Nacken. Die vorderen Koteletts enthalten kräftige Rippenknochen und werden Stielkoteletts genannt. Die hinteren Koteletts, die auch einen Teil Filet enthalten, werden Filetkoteletts genannt. Diese Koteletts ist besonders knochenarm und mager.

Nun kann man eigentlich einen Vergleich zum Rind ziehen, bei dem aus dem hinteren Kotelettstück das Rinderkotelett mit Rippen dem Stielkotelett beim Schwein entspricht. Und das Rinderkotelett mit wenig Rippenanteil und dem Filetstück – als T-Bone-Steak gehandelt – entspricht dem Filetkotelett beim Schwein. Der größere Fleischanteil ausgebeint ist beim Rind

das Roastbeef. Man könnte also durchaus so weit gehen, und diese gebratenen Filetkoteletts als T-Bone-Steaks vom Schwein bezeichnen.

Sie sind auch sehr schmackhaft und schmecken besser als Stielkoteletts, die doch sehr festes und kompaktes Fleisch haben. Beim Filetkotelett ist der Teil, der dem Roastbeef beim Rind entspricht, kräftig und fest. Der Filetteil erwartungsgemäß feiner und zarter.

Somit ist die Zubereitung der beiden Koteletts ähnlich wie die von manchem Entrecôte oder T-Bone-Steak in meinem Foodblog. Einfach Fleisch pur. Ich hatte dabei keinerlei Ideen, was ich an Beilagen oder Zutaten wie Gemüse oder einen Salat hätte zubereiten können. Also nur Salz, Pfeffer und Öl für die Pfanne. Da Schweinefleisch durchgegart werden soll und man es nicht rare oder medium wie Rindfleisch zubereiten soll, bekam jede Seite der Koteletts volle drei Minuten im sehr heißen Öl. Das Fleisch war danach zwar durchgegart, aber auch ein wenig rosé, und es bildete sich noch viel Fleischsaft auf dem Teller, nachdem sich das Fleisch entspannt hatte.

Und da es nur Fleisch pur gibt, diesmal auch kein aufwändiges Foto, sondern nur ein einfaches Foto mit dem Blitzgerät vom Fleisch in der Pfanne.

Mediterran gefüllte Koteletts



Kross angebraten, mit Mozzarella

Ein einfaches Gericht. Mit nur sechs Zutaten. Aber sehr geschmackvoll. Und in wenigen Minuten zubereitet. Die Koteletts schneidet man am besten – wenn man tiefgefrorene Koteletts verwendet – in leicht gefrorenem Zustand längs ein. Sind die Koteletts zu dünn, wird dies nämlich in aufgetautem oder frischem Zustand etwas schwierig. Salzen, pfeffern, mit jeweils einer halben Scheibe Mozzarella füllen, jeweils einen Zweig Rosmarin hinzu und fertig. Vor dem Servieren muss man nur die hölzernen Zweige des Rosmarin entfernen – die Blätter kann man in den Koteletts lassen, sie sind Geschmacksträger für das Fleisch und schmecken auch gut. Die Koteletts werden diesmal ohne Beilagen serviert, diesmal einfach nur Fleisch – pur.

Zutaten für 1 Person:

- 2 Koteletts
- 200 g Mozzarella
- 2 Zweige frischer Rosmarin
- Salz
- Pfeffer

• Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 6 Min.

Koteletts längs bis fast zum Knochen einschneiden, so dass man eine Tasche hat wie bei einem Kalbsschnitzel für ein Cordon bleu. Jeweils innen und außen salzen und pfeffern. Mozzarella ebenfalls längs in zwei Scheiben schneiden. Jeweils eine Mozzarellascheibe in ein Kotelett geben, einen Zweig Rosmarin darauf legen und das Kotelett zuklappen.

Öl in einer Pfanne stark erhitzen und die Koteletts auf beiden Seiten jeweils 3 Minuten kräftig anbraten. Herausnehmen, die hölzernen Zweige des Rosmarin entfernen, Blätter in den Koteletts belassen und die Koteletts servieren.

Gegrillte Schweinshaxe mit Semmelknödeln



Grillhaxe, schön gegart, mit krosser Kruste

Die erste Grillhaxe, die ich zubereitet habe. Erst im Gemüsesud vorgegart, dann im Backofen in Bratenfond gebacken und anschließend unter dem Grill für eine knusprige Kruste gegrillt. Klassisch zubereitet mit Semmelknödeln.

Zutaten für zwei Personen:

- 1 Schweinshaxe (ca. 1,1 kg)
- 3 Zwiebeln
- 2 Wurzeln
- 1 Stange Lauch
- 2 Stängel Stangensellerie
- 2 Stücke Knollensellerie
- 150 ml trockener Weißwein
- $\frac{1}{2}$ l Bratenfond
- Salz
- Pfeffer
- Butter
- Öl

- 6 Semmelknödel

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 2 Stdn.
50 Min.

Semmelknödel [frisch](#) zubereiten oder auf solche aus der Packung zurückgreifen und sie kurz vor Ende der Garzeit des Eisbeins nach Anleitung zubereiten.

Zwiebeln und Wurzeln schälen. Lauch, Stangen- und Knollensellerie putzen. Eine Zwiebel und ein Stück Knollensellerie in grobe Stücke, eine Wurzel in Scheiben, eine halbe Stange Lauch in Ringe und einen Stengel Staudensellerie klein schneiden. Wasser in einem großen Topf erhitzen, das Gemüse hinzugeben, dann salzen und die Haxe hinzugeben. Zugedeckt bei ganz geringer Temperatur 1 Stunde köcheln lassen.

Danach die Haxe herausheben und abkühlen lassen. Den Gemüsesud nicht wegwerfen, man kann ihn noch auf die Hälfte reduzieren und für eine weitere Verwendung in Portionsbehältern einfrieren.

Backofen auf 200 °C vorheizen. Die Haut der Haxe mit einem Messer längs und quer ein wenig einschneiden, damit die Haxe nach dem Garen besser zu portionieren ist. Haxe mit Öl einpinseln und salzen und pfeffern. Restliches Gemüse kleinschneiden. Öl in einem Bräter erhitzen und das Gemüse darin gut anbraten. Mit Weißwein ablöschen und den Bratenfond dazugeben. Die Haxe hineinlegen und den Bräter zugedeckt für 1,5 Stunde auf mittlerer Ebene in den Backofen schieben. Die Haxe ab und zu mit der Bratensauce übergießen. Wenn die Sauce zu sehr reduziert, eventuell etwas Bratenfond oder Weißwein nachgießen.

Danach die Haxe herausnehmen und auf ein Backblech legen. Den Grill auf 240 °C schalten und die Haxe auf allen Seiten jeweils mehrere Minuten kräftig grillen, bis die Haut schön knusprig ist. Das Grillen und Aufknuspern kann sich etwas schwierig gestalten, da die Hautstellen der rundlichen Haxe

meistens nicht ganz eben unter den Grill passen. Danach die Haxe warm stellen. Bratensauce durch ein Küchensieb passieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit etwas kalter Butter binden.

Die Haxe zerteilen, auf zwei Teller geben, Semmelknödel dazu geben, Sauce darüber geben und servieren.

Nackensteaks mit Champignons und Feldsalat



Steak, Champignons, Salat

Dieses Mal etwas einfaches, zwei Nackensteaks, für das Entrecôte oder ein anderes edleres Steak reichte es nicht mehr. Dazu einige frische Champignons in einem braunen, stark reduzierten Sößchen. Und frischer Feldsalat.

Zutaten für 1 Person:

- 2 Nackensteaks
- 4 braune Champignons
- Gemüsefond
- Sahne
- Steakgewürz
- Salz
- Pfeffer

- 75 g Feldsalat
- 3 EL Condimento bianco
- 1 EL Olivenöl
- 1 TL Senf
- Zucker
- Salz
- Pfeffer
- frischer Schnittlauch

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 10 Min.

Feldsalat putzen, unter fließendem, kaltem Wasser abspülen und in eine Schüssel geben. In eine Schale Essig, Öl und Senf geben und gut verrühren. Dann mit einer Prise Zucker, etwas Salz und Pfeffer würzen und abschmecken. Etwas frischen Schnittlauch kleinschneiden und in das Salatdressing verrühren.

Butter in einer Pfanne erhitzen und die beiden Nackensteaks auf jeweils beiden Seiten 1–2 Minuten kräftig anbraten. Herausnehmen, auf einen Teller geben, mit dem Steakgewürz würzen und mit Alufolie zugedeckt einige Minuten entspannen lassen. Noch etwas Butter in die Pfanne geben, die Champignons halbieren und in der Butter anbraten. Mit einem guten Schuss Gemüsefond ablöschen und dabei die Röststoffe vom Boden der Pfanne lösen. Einen Schuss Sahne hinzugeben, alles verrühren und zu einem eingedickten Sößchen reduzieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Nackensteaks auf einem Teller anrichten, die Champignons dazulegen und das Sößchen darüber geben. Das Salatdressing über den Feldsalat geben und dazu servieren.

Schweinerollbraten in Milch mit Schalenkartoffeln



Schweinerollbraten, Schalenkartoffeln, Steinpilzstücke und Sößchen

Manchmal passiert so etwas beim Zubereiten und Kochen. Man hat sich schon vor Tagen ein schönes Rezept herausgesucht oder überlegt, taut dann über Nacht den Braten auf für den kommenden Tag und stellt dann vor dem Zubereiten entsetzt fest, dass der aufgetaute Braten ja noch 12 Stunden in einer Mischung aus Salz und braunem Zucker marinieren soll. So geht es eben manchmal. Da ich aber trotzdem noch kochen wollte,

bekommt der Braten heute eben nur zwei Stunden Zeit, um mit der Salz-Pfeffer-Mischung eingerieben mit Alufolie umwickelt im Kühlschrank zu marinieren. Dann muss er eben soweit fertig sein.

Zutaten für 2 Personen:

- 1 kg Schweinerollbraten
 - 1 l Milch (3,5 % Fett)
 - 1 TL getrockneter Estragon
 - 1 TL Senfkörner
 - 2 Lorbeerblätter
 - 4 Wacholderbeeren
 - 50 g Steinpilze
 - 1 EL Salz
 - 1 EL brauner Zucker
 - Salz
 - Pfeffer
 - Butter
 - Olivenöl
-
- 8 weichkochende Bio-Kartoffeln

Zubereitungszeit: Marinierzeit 12 Std. | Garzeit 2 Stdn.

Salz und Zucker in einer Schale vermischen. Den Schweinerollbraten damit gut einreiben, dann den Braten mit Alufolie umwickeln und über Nacht im Kühlschrank marinieren – hier musste wie erwähnt mit 2 Stunden vorlieb genommen werden.

Steinpilze in grobe Stücke schneiden. Schweinerollbraten aus der Alufolie nehmen und mit etwas Küchenpapier abtupfen. In einem Bräter etwas Olivenöl erhitzen und den Braten auf allen Seiten scharf und kross anbraten. Gleichzeitig die Steinpilzestücke mit anbraten. Dann mit der Milch übergießen, alle Kräuter hinzugeben und alles kurz aufkochen lassen. Backofen auf 120 °C Umluft erhitzen. Den zugedeckten Bräter für 2 Stunden auf mittlerer Ebene in den Backofen schieben, so wird der Schweinerollbraten innen saftig und rosé. Nach 1

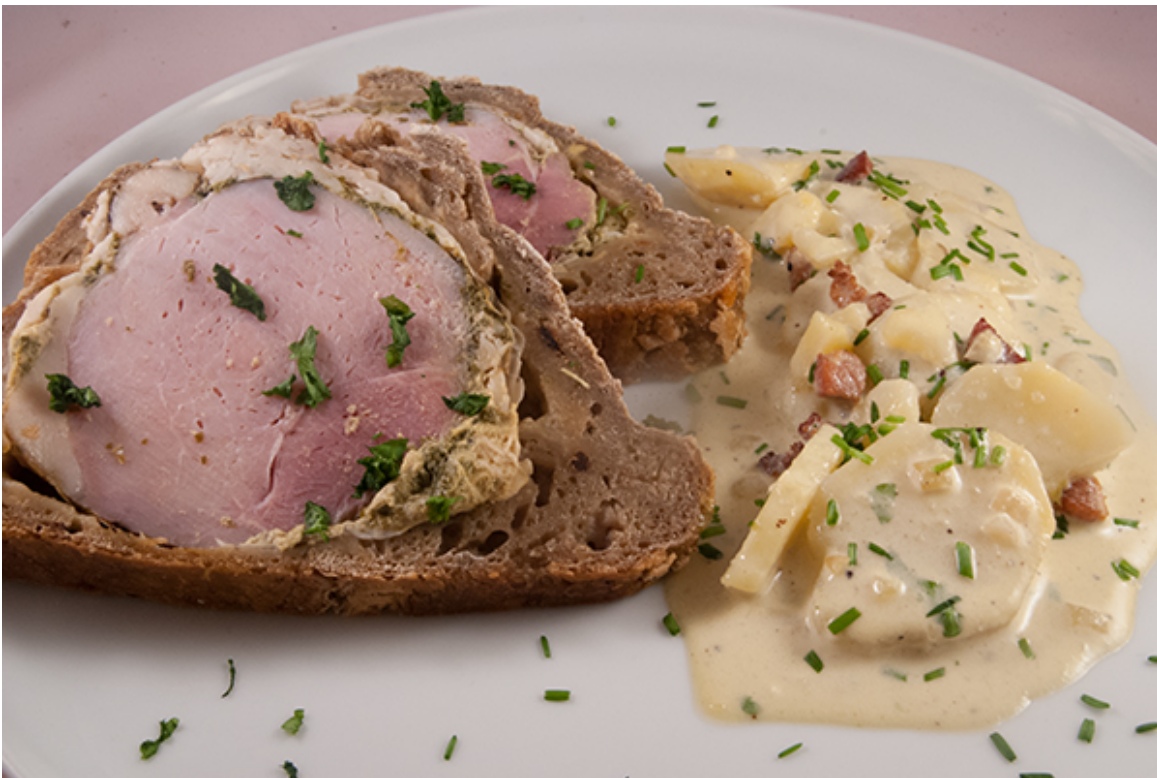
Stunde den Braten wenden. Im Grunde ist dies eine Zubereitung wie nach der Niedrigtemperatur-Garmethode mit 60 oder 80 °C, denn bei 120 °C kocht auch die Sauce nicht. Und 2 Stunden Garzeit für einen Braten mit 1 kg wäre bei höherer Temperatur viel zu lange – bei dieser Zubereitung passt das jedoch sehr gut.

15 Minuten vor Ende der Garzeit die Kartoffeln in der Schale kochen.

Nach dem Garen den Braten aus der Milch nehmen und einige Minuten mit Alufolie bedeckt ruhen lassen. Die Sauce erst gut verrühren, da die Milch beim Garen zwar nicht ausflockt, aber sich noch einige Trübstoffe oder leichte Verklumpungen in der Milch bilden. Dann die Sauce entweder durch ein frisches Küchenhandtuch gießen, dadurch trennt man auch das zum Anbraten verwendete Olivenöl von der Sauce, oder durch ein feines Sieb. In letzterem Fall hat man aber das Fett in der Sauce. Oder gibt die Sauce in einen kleinen Topf, stellt ihn und auch den Braten in den Kühlschrank, schöpft am kommenden Tag das erkaltete und erhärtete Fett ab und serviert das Gericht erst dann. Auf alle Fälle aber unbedingt nach dem Filtern die Steinpilzstücke herausnehmen und wieder in die Sauce geben. Die Sauce mit etwas Butter binden und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Eventuell für eine kräftigere, würzigere Sauce etwas reduzieren. Die Milchsauce schäumt natürlich auf, man kann sie nur bei geringer Temperatur köcheln lassen. Sollte die Sauce doch etwas grieselig werden oder ein wenig ausflocken, dann nochmals durch ein sauberes Küchentuch geben, um eine klare, reinflüssige Sauce zu erhalten.

Den Braten aufschneiden, auf zwei Teller geben, die Kartoffeln dazugeben, großzügig von der Sauce mit den Steinpilzstücken darüber verteilen und servieren.

Schweineschulter im Brotteig mit Kartoffelsalat mit Speck



Schweinebraten im Brotteig, mit Kartoffelsalat, beides hier in der kalten Variante

Dieses Rezept bedingt ein mehrstündiges Vorbereiten, Garen, Backen und Zubereiten. Es ist also unbedingt notwendig, sehr früh vor dem Servieren anzufangen – oder man verteilt es auf zwei Tage und bereitet einige Dinge schon vor.

Für dieses Gericht eignet sich eine Schweineschulter oder ein Schweinebraten, nicht jedoch ein Schäufole. Denn dieses hat einen großen Knochen, der es natürlich unmöglich macht, den Braten im Brotteig warm oder kalt in Scheiben aufzuschneiden. Ebenso eignet sich kein Krustenbraten mit einer dicken Schwarte dazu. Ich hatte jedoch nur einen solchen noch im Gefrierschrank und verhalf mir dadurch, dass ich einfach die

Schwarte abschnitt und nur den Braten mit der Speckschicht verwendete. Um nichts zu vergeuden, habe ich die Schwarte – schön rautenförmig eingeritzt – beim Garen des Bratens im Brotteig einfach daneben schön kross im Backofen mitgegart.

Das Schweinenetz muss man beim Schlachter vorbestellen, denn es gehört nicht zum Standardsortiment eines Schlachters. Es ist ein netzartiges Fettgewebe aus dem Bauchfell von Schlachttieren und dient beim Garen sowohl zum Zusammenhalten von Gerichten als auch als Fettlieferant für das Gargut, damit dieses nicht zu trocken wird. Im Laufe des Garens löst es sich fast vollständig auf.

Ich hatte Probleme mit dem Brotteig. Es sollte eine Brotbackmischung sein. Die ich auch so kaufte. Die Brotbackmischung enthält untergemischt Sauerteig und Hefe, wie es sich bei einer Brotbackmischung gehört, deren Teig quellen und aufgehen muss. In den diversen Rezepten, die mir für „Braten im Brotteig“ vorlagen, stand, dass man den Brotteig nach Anleitung zubereiten solle, ihn dann aber fingerdick ausrollen und den Braten darin einschlagen solle. Nur, der Teig quillt aufgrund der Hefe, ist immer ein wenig flüssig und an ein Ausrollen ist da gar nicht zu denken.

Ich habe überlegt, wann ich einmal Brot, Kuchen oder anderes zubereitet habe, bei dem der Teig fest war und man ihn ausrollen konnte. Bei Brot und Kuchen fiel mir dazu gar nichts ein, diese Teige sind immer zähflüssig und bekommen erst durch das Backen im Backofen eine feste Konsistenz. Eingefallen sind mir nur Nudel- oder Pizzateig, die sich ausrollen lassen, aber ich wollte ja keinen „Braten im Pizzateig“ zubereiten.

Ich wollte dieses Rezept dennoch gern ausprobieren und habe dann daher zu einigen Notlösungen gegriffen. Ich habe den Teig schön quellen lassen, ihn etwa fingerdick auf einem mit Olivenöl besprayten Backblech ausgebreitet und dann etwa 50 Minuten im Backofen bei 100° C gebacken, wodurch zuviel Feuchtigkeit verdunstet ist und der Teig fester wird. Dann

habe ich diese Teigplatte auf Aluminiumfolie gelegt, den Braten darauf gegeben, den Teig von beiden Seiten gut angepresst und den Braten somit damit umhüllt. Dann den Teig von außen noch ein wenig mit Olivenöl bespraysen, damit nach dem Einwickeln mit der Aluminiumfolie und dem darauffolgenden Garen im Backofen die Folie nicht am Brotteig festklebt. Mit der Aluminiumfolie eingewickelt bekommt das Ganze dann auch Halt. Diese vor dem Garen noch mehrere Male mit einem spitzen Messer einstechen, dass entstehender Dampf beim Garen entweichen kann.

Ich bin sehr daran interessiert, wenn andere Hobbyköche Erfahrungen gesammelt haben mit der Zubereitung und Handhabung eines Brotteigs für einen Braten.

Zutaten für 4 Personen:

Zutaten für den Kartoffelsalat

- 800 g festkochende Kartoffel
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL Olivenöl
- 100 ml Gemüsebrühe
- 5 EL Condimento Bianco
- Salz
- Pfeffer

- 100 ml Olivenöl
- 1 Ei
- 1 TL Senf
- Salz
- 1 TL Crème fraîche

- 50 g durchwachsener Speck
- Olivenöl
- brauner Zucker
- Salz

- Pfeffer
- frische Petersilie
- frischer Schnittlauch

Zutaten für die Schweineschulter im Backteig

- 1 kg Schweineschulter
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 TL Pfefferkörner
- 4 Pimentkörner
- 3 Gewürznelken
- 3 große Lorbeerblätter
- 1 Brotbackmischung für ca. 750 g Roggenbrot
- 1 Schweinenetz
- 3 EL Senf
- $\frac{1}{2}$ Tasse kleingewiegte frische Kräuter (Schnittlauch, Petersilie, Majoran, Thymian)
- Backpapier oder Olivenöl-Spray

Zubereitungszeit Kartoffelsalat: Marinierzeit 1 Std. | Zubereitung 45 Min.

Zubereitungszeit Braten im Brotteig: Roggenbrot 3–4 Std. | Garzeit 30 Min. | Backzeit 70 Min.

Kartoffelsalat:

Kartoffeln schälen und 20 Minuten in kochendem Wasser garen. Zwiebel und Knoblauchzehe schälen, klein schneiden und in einem kleinen Topf in Olivenöl glasig dünsten. Dann den Gemüsfond und Weißweinessig dazugeben, alles erhitzen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kartoffeln in Scheiben schneiden, in eine große Schüssel geben, die Essigmarinade darüber verteilen, vorsichtig mischen und etwa 1 Stunde marinieren.

Für die Mayonnaise das Öl mit dem Ei, dem Senf und einer Prise

Salz in ein schmales Rührgefäß geben und mit dem Pürrierstab mixen. Den Pürrierstab dabei immer langsam von unten nach oben ziehen. Dann die Crème fraîche unterrühren. Eventuell etwas Marinade vom Kartoffelsalat abgießen. Die Mayonnaise unterheben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Speck klein schneiden. Olivenöl in einer kleinen Pfanne erhitzen, den Speck darin etwas kross anbraten und mit Salz, Pfeffer und ganz wenig Zucker würzen. Zum Kartoffelsalat hinzugeben und untermischen.

Wenn man den Kartoffelsalat lauwarm essen möchte, kann man die marinierten Kartoffelscheiben in einem heißen Wasserbad warm halten. Das ist jedoch wegen der Marinierzeit etwas umständlich. Einfacher ist es da, den fertigen Kartoffelsalat ganz kurz in der Mikrowelle zu erhitzen.

Vor dem Servieren noch mit den kleingewiegten Kräutern garnieren.

Schweineschulter im Brotteig:

Den Brotteig nach Anleitung zubereiten. Beim zweiten Ruhenlassen des Hefeteigs an einem warmen Ort bietet es sich durchaus an, dies 2–3 Stunden zu tun, wodurch sich die Teigmenge fast verdoppelt.

Zwiebel und Knoblauchzehe schälen und vierteln. Pfeffer- und Pimentkörner und Nelken in einem Mörser kleinmahlen. In einem großen Topf 1 $\frac{1}{2}$ l Wasser zum Kochen bringen, das Gemüse, die Gewürze und die Lorbeerblätter hinzugeben und 5 Minuten köcheln lassen. Dann die Schweineschulter dazugeben – sie sollte mit Wasser bedeckt sein – und alles bei geringer Temperatur zugedeckt 30 Minuten köcheln lassen. Danach den Topf vom Herd nehmen und das Fleisch im Sud erkalten lassen.

Die frischen Kräuter kleinwiegen. Dann das Schweinenetz in lauwarmem Wasser waschen, trocken tupfen und auf einem großen Küchensbrett ausbreiten. Das erkaltete Fleisch mit dem Senf einstreichen, großzügig mit den frischen Kräutern bestreuen

und in das Schweinenetz einwickeln.

Auf einem zweiten großen Küchenbrett etwas Mehl verteilen und den Brotteig fingerdick darauf ausrollen. Klappt dies nicht, dann muss man sich mit irgendwelchen Tricks, wie ich sie anfangs beschrieben habe, aushelfen, eventuell erst die Feuchtigkeit im Teig im Backofen reduzieren und Alufolie verwenden. Auf ein Backblech alternativ entweder Backpapier legen oder das Backblech leicht mit Olivenöl einsprühen. Den Braten in den Teig einschlagen und mit der Teignaht nach unten auf das Backblech legen. Nochmals 30 Minuten gehen lassen.

Den Backofen auf 230° C Umluft erhitzen und das Backblech mit dem Braten auf mittlerer Ebene hineinschieben. Die Temperatur auf 200° C herunterschalten und den Braten 60 Minuten backen. Wenn man sich mit Alufolie beholfen hat, ist es hilfreich, diese nach der Backzeit zu öffnen und den Braten nochmals 10 Minuten backen zu lassen, damit der Brotteig auch außen etwas Farbe annimmt. Den Braten herausnehmen, in Scheiben schneiden und heiß zusammen mit dem Kartoffelsalat servieren. Der Braten kann am darauffolgenden Tag in Scheiben geschnitten auch kalt gegessen werden.