

Schweinebauch mit Schwarzwurzeln in Buttersauce



Knusprig und kross gebratener Schweinebauch

Haben Sie schon einmal Schwarzwurzeln zubereitet? Es ist das Wintergemüse als Pendant zum Spargel als Frühlings- oder Sommergemüse.

Optisch ähneln Schwarzwurzeln auch dem Spargel. Geschmacklich sind sie natürlich ein Unterschied, denn der Spargel ist ja die Königin des Gemüses. Aber die Schwarzwurzeln, richtig zubereitet, schmecken auch sehr lecker.

Viele Menschen bereiten aber Schwarzwurzeln nur sehr ungern zu. Das hat einen einfache Grund. Wie der Name schon sagt, sind Schwarzwurzeln eben schwarz, also sehr erdig. Und man holt sich beim Waschen und Schälen eben leider recht dreckige Finger. Deswegen sind Schwarzwurzeln auch beim Discounter oder Supermarkt nicht so verbreitet und bei den Kunden auch nicht

so beliebt.

Aber das ist ein Trugschluss. Man nimmt gern ein wenig Aufwand und auch schmutzige Hände in Kauf, wenn man ein solch schmackhaftes Wintergemüse bekommt und es zubereiten kann. Versuchen Sie es ruhig aus!

Für 2 Personen:

- 4 Scheiben Schweinebauch
- 500 g Schwarzwurzeln
- 1 Schuss Essig
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Paprikapulver
- Zucker
- 2 EL Butter
- 2 EL Mehl
- Milch
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 30 Min.



Schwarzwurzeln in sämiger, weißer Sauce

Schwarzwurzeln gut waschen, schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. In einem Topf mit Wasser und einem Schuss Essig bei mittlerer Temperatur etwa 20 Minuten garen. Mit dem Schaumlöffel herausheben, in eine Schüssel geben und abkühlen lassen.

Für die Sauce eine Mehlschwitze zubereiten. Dazu Butter in einem Topf erhitzen, Mehl dazugeben und leicht unter Rühren anbraten und dann einen guten Schluck Milch dazugeben. Solange rühren, bis eine glatte Sauce entstanden ist. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Abschmecken.

Schwarzwurzeln in die Sauce geben, darin erhitzen und alles nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Parallel dazu Schweinebauchscheiben mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver auf jeweils beiden Seiten würzen.

Öl in einer großen Pfanne erhitzen und Scheiben darin auf jeder Seite 1–2 Minuten bei mittlerer Temperatur kross und

knusprig anbraten.

Jeweils zwei Scheiben auf einen Teller geben. Schwarzwurzeln mit Sauce dazugeben. Servieren. Guten Appetit!

Rinder-Hüftsteak mit Röstzwiebeln und Schwarze- Wurzel-Stampf

Leckere Rinder-Hüftsteaks. Schön kross in der Grill-Pfanne für viele Röstspuren medium gebraten.

Dazu Röst-Zwiebel, ebenfalls in der Grill-Pfanne kross gebraten. Oder besser gesagt, Röst-Schalotten.

Dazu als Beilage ein Stampf aus Schwarzwurzeln. Schwarzwurzeln sind, wie der Name sagt, schwarz. Aber schwarz ist eigentlich nur die Schale. Wenn sie geschält sind, sind sie weiß. Und somit ist auch das Stampf aus diesen Wurzeln weiß.

[amd-zlrecipe-recipe:937]