

Karree vom Iberico-Schwein, Lauch, Tomaten-Polenta

Für zwei Personen

Für das Karree:

2 Scheiben Karree, Iberico-Schwein 1 Knoblauchzehe 2 Zweige Thymian

3 EL Olivenöl Salz Pfeffer

Für die Polenta:

100 g Polentagrieß 50 g Chorizo 1 mittelgroße Tomate

1 Schalotte 1 Knoblauchzehe 125 g Tomatensaft

125 ml Milch 1 EL Butter 3 EL Olivenöl

Salz weißer Pfeffer

Für den Frühlingslauch:

5 Stangen Frühlingslauch 1 EL Puderzucker 1 EL Butter

1 EL Olivenöl Salz Pfeffer

Den Ofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Polenta Schalotten und Knoblauch abziehen, fein würfeln und in Öl und Butter glasig anschwitzen. Milch und Tomatensaft angießen und aufkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Polentagrieß zugeben und bei geringer Hitze köcheln lassen. Tomaten kurz in einem Topf mit kochendem Wasser blanchieren, Schale abziehen, entkernen und klein würfeln.

Für das Karree das Fleisch waschen, trockentupfen und in einer Pfanne mit Olivenöl und einer angeprückelten Knoblauchzehe von beiden Seiten ca. 3 Minuten anbraten. Nach dem Anbraten das Karree auf das Ofenrost legen und ruhen lassen.

In einer weiteren Pfanne die in feine Scheiben geschnittene Chorizo ausbraten, aus der Pfanne herausnehmen und abkühlen lassen.

Gewürfelte Tomaten unter die Polenta heben und im Ofen warm halten.

Frühlingslauch waschen und putzen. In einer Pfanne Puderzucker karamellisieren lassen, Öl und Butter dazugeben und den Frühlingslauch darin kräftig anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Karree vom Iberico-Schwein mit Frühlingslauch und Tomatenpolenta auf Tellern anrichten, Chorizo über die Polenta streuen und servieren.

Lilly Lauer-Kummer am 09. Juni 2016