

**Kochrezepte
aus Fernsehen oder Internet**

Profi: Schwein

2019-2020

89 Rezepte

¹In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<https://hhollatz.de>), akt.: 27. Juli 2022.

Inhalt

Asia-Schweinebauch mit zweierlei Blumenkohl	1
Bauernbrat'l mit Blaukraut	2
Bauernfrühstück mit Braten-Resten	3
Bratapfel mit Kartoffel-Käse-Creme und Schweine-Lende	4
Brutzel-Schweine-Filet mit Röstzwiebeln	4
Bunter Bohnen-Salat mit Schweine-Kotelett	5
Duroc-Koteletts, Orangen-Peperonata und Ofenkartoffeln	6
Duroc-Schnitzel, gebackene Auster, Lauch, Mayonnaise	7
Eisbein mit Bandnudeln und Erbsen-Püree	8
Fleisch-Spieße mit Grillkäse und Schinken-Tomaten-Soße	9
Fränkisches Schäufole	10
Gebackenes Schweine-Nackensteak mit Kartoffel-Salat	11
Gefüllte Spanferkel-Brust 'Lola Montez'	12
Gefüllter Schweine-Rücken mit mariniertem Kohlrabi	13
Gefüllter Schweine-Rollbraten mit Pflaumen-Soße	14
Gefülltes Schweine-Kotelett mit Bratkartoffeln	15
Gefülltes Schweine-Kotelett mit Kräuter-Soße	16
Gegrillte Schweine-Filets	16
Geschmorte Schweine-Bäckchen mit Wurzelwerk	17
Geschnetzelttes vom Schweine-Filet mit Rösti	18
Geschnetzelttes vom Schweinehals mit Gemüse-Reis	19
Grünkohl mit Kohlwurst, Pinkel und Kasseler	20
Gratiniertes Hüttenbrot	21
Gratiniertes Schweine-Filet mit Tomaten-Käse-Kruste	22
Grill-Spezialitäten	23
Haxen-Brezen-Knödel mit Apfel-Zwiebeln auf Rahmkraut	25

Ibérico-Nacken-Kern, Süßkartoffel-Püree, Pilze	26
Involtini mit Pancetta und Fenchel-Spitzkohl-Gemüse	27
Involtini vom Iberico mit Bohnen-Ragout und Birne	28
Jägerkotelett mit Bete-Birnen-Salat	29
Jägerschnitzel	30
Kümmel-Rosmarin-Braten mit Schwarzwurzel-Grünkohl-Salat	31
Kartoffel-Küchlein mit Schweinebauch und Radieschen	32
Konfiertes Schweine-Nacken mit Pommes	33
Kräuter-Mutzbraten mit Bier, Bier-Zwiebeln mit Kümmel	34
Krusten-Braten mit Kopfsalat-Pesto	35
Krustenbraten mit dunkler Biersoße	36
Krustenbraten vom Schwein	37
Lackiertes Schweine-Kotelett mit Sesam-Möhren	38
Möhren und Rote Beten mit Schweine-Koteletts	39
Marinierte Minuten-Steaks mit Gemüse-Salat	40
Marinierte Schweine-Filet-Spieße mit Mango	41
Marinierter Schweinebauch mit süßer Glasur	41
Meerrettich-Schnitzel mit lauwarmem Kraut-Salat	42
Mini-Rouladen vom Schwein mit Orangen-Ragout	43
Minuten-Steak mit Avocado und Champignons	43
Minuten-Steaks mit Gemüse-Salat	44
Mostbrat'l mit Paprika-Weißkraut	45
Ofen-Pfirsich mit Brokkoli und knusprigem Schweinebauch	46
Pfannen-Gyros mit griechischem Bauern-Salat	47
Pikantes Schweine-Filet in der Sesam-Kruste	48
Pulled Pork	49
Rostbrät'l mit Schmorzwiebeln und Röstbrot	50
Sauer-Fleisch mit Schmorkartoffeln	51
Scharfes Chili-Paprika-Gulasch aus dem Ofen	52
Schaschlik mit Paprika-Soße	53
Schaschlik mit Röstgemüse	54
Schaschlik mit Tomaten-Ananas-Soße	55
Schnelles Pulled Pork	56

Schnippelbohnen mit Schweine-Medaillons, Dunkelbier-Soße	56
Schnitzel mit Kräuterkruste und Tomaten-Zucchini-Salat	57
Schnitzel, gefüllte Kohl-Köpfchen, Shiitake, Rösti	58
Schweine-Bäckchen mit Roter Bete und Sellerie-Püree	59
Schweine-Bauch-Braten, Honig-Senf-Soße, Radieschen-Salat	60
Schweine-Braten mit Kartoffel-Knödeln und Wirsing	62
Schweine-Braten mit knuspriger Schwarte	63
Schweine-Braten	64
Schweine-Filet im Gewürzmantel mit Sauerkraut	65
Schweine-Filet in Kräuterkruste, Kartoffel-Gratin, Gemüse	66
Schweine-Filet in Minz-Chimichurri mit Polenta	67
Schweine-Filet mit Bärlauch-Kruste, Morcheln, Spargel	68
Schweine-Filet mit geschmortem Wirsingkohl	69
Schweine-Filet mit geschmortem Wirsingkohl	70
Schweine-Filet mit Topinambur und Rotkohl-Rettich-Salat	71
Schweine-Filet mit Waldmeister-Spargel, Mohn-Hollandaise	72
Schweine-Haxen aus dem Ofen	73
Schweine-Kotelett mit geschmortem Pak Choi	74
Schweine-Kotelett mit grünen Bohnen	75
Schweine-Kotelett mit Nudel-Salat	76
Schweine-Koteletts mit Apfel-Speck-Kartoffeln	77
Schweine-Krusten-Braten mit Ingwer-Karotten	78
Schweine-Lende indisch	79
Schweine-Nacken mit eingelegten Zwiebeln und Paprika	80
Schweine-Rücken mit Rosenkohl-Salat und Birne	82
Schweinehals-Steak mit Kräuter-Butter und Bohnen-Salat	84
Schweinerücken-Steaks mit Chorizo-Spinat-Füllung	85
Spanferkel-Rollbraten	85
Szegediner Gulasch	86
Zwiebeln, Kartoffeln und Schweine-Braten al forno	87

Asia-Schweinebauch mit zweierlei Blumenkohl

Für 4 Personen:

500 g durchw. Schweinebauch	1 kg Blumenkohl	80 ml milde Sojasoße
50 ml Apfelsaft	2 Sternanis	1 TL Koriandersaat
1 EL Honig	4 Zehen Knoblauch	2 Chilischoten
1 Stück Ingwer	1 Bund Koriander	2-3 EL getrock. Zwiebeln
1 EL Rohrzucker	süßes Paprikapulver	Baharat
grobes Salz	1 Zwiebel	1 Zitrone
Olivenöl, Pfeffer		

Damit der Schweinebauch eine schön knusprige Kruste bekommt und das Fleisch zart wird, wird er vor dem Grillen/Braten in einem Wasserbad vorgegart. Dazu das Fleisch pur und mit der Schwarte nach unten in eine Auflaufform geben, die Auflaufform etwa zwei Finger breit mit Wasser füllen und den Schweinebauch etwa 1 Stunde im Ofen bei 120 Grad auf der unteren Schiene vorgaren.

Währenddessen für die Marinade die Sojasoße zusammen mit Apfelsaft, Sternanis, Koriandersaat und Honig in einen kleinen Topf geben. 2 geschälte, angedrückte Knoblauchzehen, 1 in grobe Stücke geschnittene Chilischote und die Stiele des Korianders dazugeben. Die Hälfte des Ingwers grob schneiden und mit samt der Schale hinzufügen. Alles kräftig aufkochen.

Für die zusätzliche Trockenmarinade getrocknete Zwiebeln, Zucker, grobes Salz, Paprikapulver und Baharat in einer Schale vermischen. 1 Knoblauchzehe und den restlichen Ingwer fein würfeln, dazugeben und alles gut vermengen.

Den gegarten Schweinebauch aus dem Ofen nehmen und mit der Schwarte nach oben auf ein Brett legen. Die Haut sollte weich sein. Kurz etwas abkühlen lassen.

Die eine Hälfte des Blumenkohls in grobe Röschen zerkleinern und in einem geschlossenen Topf in gesalzenem Wasser etwa 15-20 Minuten dämpfen, bis er weich ist.

Weiter geht es mit dem Fleisch. Die Schwarte leicht kreuzförmig einschneiden. Dann das Fleisch zusätzlich vorsichtig etwa 3 cm tief in mehrere Stücke anschneiden, nicht durchschneiden, das Bauchstück sollte ganz bleiben. Vorsichtig rundum in der Trockenmarinade wälzen. Anschließend mit der Schwarte nach unten in einer vorgeheizten (Grill-)Pfanne rundum knusprig braten. Während das Fleisch brät, die zweite Hälfte des Blumenkohls in grobe Röschen zerkleinern. Zwiebel fein würfeln und 1 Knoblauchzehe in dünne Scheibchen schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Blumenkohl-Röschen darin etwa 6 Minuten anbraten. Zwiebeln und Knoblauch dazugeben und kurz anrösten. Mit Salz und etwas Honig würzen. Zum Schluss 1 Chili fein würfeln und dazugeben.

Den gekochten Blumenkohl abgießen und mit Honig, Olivenöl, Pfeffer und 1 Spritzer Zitrone würzen. Mit einem Mixstab pürieren und warmhalten.

Das fertige Fleisch in eine hohe Schale geben und die Soja-Marinade durch ein Sieb darübergießen. Den Schweinebauch darin wenden und kurz durchziehen lassen.

Anrichten:

Etwas Blumenkohl-Püree auf die Teller streichen und das geschnittene Fleisch darauflegen. Den angebratenen Blumenkohl drumherum arrangieren und 1 Löffel Soja-Marinade über alles träufeln. Mit frisch geschnittenem Koriander garnieren. Was ist Dry rub? Dry rub kommt aus dem amerikanischen BBQ-Bereich und bezeichnet eine Art trockene Marinade, mit der man das gegarte Fleisch einreibt, um es dann noch einmal nachzugrillen.

Tarik Rose am 03. November 2019

Bauernbrat'l mit Blaukraut

Für 4-6 Personen

Für den Braten:

1,2 kg Schweine-Hals	3 große weiße Zwiebeln	1 Karotte
150 g Knollensellerie	1 TL Puderzucker	1 2 TL Tomatenmark
150 ml Rotwein	400 ml Hühnerbrühe	1 ½ kg Schweinehals
1 2 TL Speisestärke	1 TL Schweinebratengewürz	1 TL getr. Champignons
2 Knoblauchzehen (Scheiben)	1 2 Scheiben Ingwer	1 kleines Lorbeerblatt
1 Streifen Zitronenschale	milde Chiliflocken	Salz

Knödel (8 Stück):

250 g mehligk. Kartoffeln	Salz	100 g altbackene Brötchen
90 ml Milch	1 EL Speisestärke	20 g Hartweizengrieß
2 Eier	1 EL flüssige braune Butter	Pfeffer
Muskatnuss	1 Msp. Zitronen-Abrieb	1 Lorbeerblatt
1 getr. Chilischote	1 Knoblauchzehe (halbiert)	2 Scheiben Ingwer

Für das Blaukraut:

800 g Rotkohl	je 1 TL Salz und Zucker	1 EL Puderzucker
100 ml Portwein	200 ml kräftiger Rotwein	125 ml Gemüsebrühe
1 Lorbeerblatt	5 Pimentkörner	½ TL schwarze Pfefferkörner
2 Gewürznelken	1 Splitter Zimtrinde	2 cm Vanilleschote
½ 1 TL Zartbitterschokolade	1 EL Apfelmus	1 EL Preiselbeerkompott
1 EL Aceto Balsamico		

Den Backofen auf 160 °C vorheizen. Für den Braten die Zwiebeln schälen, die Karotte und den Sellerie putzen und schälen. Die Zwiebeln in Spalten oder etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Karotte längs und quer halbieren, den Sellerie erst in etwa 1 cm dicke Scheiben und dann diese in 3 cm große Stücke schneiden.

Den Puderzucker in einem Bräter bei milder Hitze hell karamellisieren. Das Tomatenmark hinzufügen und kurz mitdünsten. Den Wein dazugießen und sämig einköcheln lassen. Das Gemüse hinzufügen und die Brühe dazugießen. Den Schweinehals daraufsetzen und im Ofen auf der mittleren Schiene 3 ½ Stunden garen, dabei zwischendurch mehrmals wenden. In der Zwischenzeit die gemischten Knödel und das Blaukraut zubereiten.

Das Fleisch aus dem Bräter nehmen und warm halten. Den Bräter mit dem Saucenansatz bei mittlerer Hitze auf den Herd stellen. Die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser glatt rühren, in die Sauce geben und köcheln lassen, bis sie leicht sämig bindet. Schweinebratengewürz, Trockenpilze, Knoblauch, Ingwer, Lorbeerblatt, Zitronenschale, 1 Prise Chiliflocken und etwas Salz hinzufügen und alles noch 5 bis 10 Minuten ziehen lassen. Dann die Sauce durch ein Sieb in einen Topf gießen, das Gemüse dabei etwas ausdrücken und entfernen.

Das Bauernbrat'l in Scheiben schneiden und mit Bratensauce, Knödel und Blaukraut auf vorgewärmten Tellern anrichten.

Für die Knödel die Kartoffeln waschen und mit Schale in Salzwasser weich garen. Danach abgießen, kurz ausdampfen lassen und möglichst heiß pellen. Sofort durch die Kartoffelpresse drücken, auf einem großen Teller ausbreiten und ausdampfen lassen. Dann zugedeckt im Kühlschrank mehrere Stunden abkühlen lassen. Inzwischen die Brötchen in möglichst dünne Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben. Die Milch aufkochen, über die Brötchenscheiben gießen und die Masse zugedeckt 5 Minuten ziehen lassen.

Die abgekühlten, durchgepressten Kartoffeln mit den eingeweichten Brötchen, Speisestärke, Grieß, Eiern, brauner Butter, jeweils etwas Salz, Pfeffer, Muskatnuss und Zitronenschale zu

einem glatten Knödelteig verarbeiten. Aus dem Knödelteig mit angefeuchteten Händen 8 Knödel formen.

Für das Blaukraut vom Kohl die äußeren Blätter entfernen. Das Kraut vierteln und in nicht zu feine Streifen schneiden, den Strunk danach entfernen. Das Kraut in einer Schüssel mit Salz und Zucker mischen und 10 bis 15 Minuten ziehen lassen. Den Puderzucker in einem Topf bei milder Hitze hell karamellisieren, Portwein und Rotwein dazugießen und auf ein Drittel einköcheln lassen. Blaukraut und Brühe hinzufügen, das Ganze mit einem Blatt Backpapier bedecken und knapp unter dem Siedepunkt etwa 1 ½ Stunden mehr ziehen als köcheln lassen, dabei öfter umrühren.

Nach etwa 1 Stunde Garzeit das Lorbeerblatt hinzufügen und Piment, Pfeffer, Nelken, Zimt und Vanilleschote in einen Einwegteebeutel füllen. Das Säckchen verschließen und ebenfalls zum Blaukraut geben.

Am Ende der Garzeit Schokolade, Apfelmus und Preiselbeeren unterrühren. Lorbeerblatt und Gewürzsäckchen wieder entfernen. Den Essig hinzufügen und das Kraut nochmals abschmecken. Rechtzeitig zum Servieren in einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen und Lorbeerblatt, Chili, Knoblauch und Ingwer hinzufügen. Die Knödel darin knapp unter dem Siedepunkt etwa 20 Minuten gar ziehen lassen. Mit der Schaumkelle herausnehmen und abtropfen lassen, warm halten.

Alfons Schuhbeck am 28. Januar 2020

Bauernfrühstück mit Braten-Resten

Für 4 Personen

8 Eier	2 EL Mineralwasser	1 Zwiebel
6 -8 Pellkartoffeln	3 Stangen Frühlingslauch	4 Sch. Schweinebraten
100 ml Bratensauce	Olivenöl	Salz, Pfeffer
Muskat	Blätter Rucola	

Geschälte Kartoffeln in die Pfanne schneiden und in Olivenöl kross anbraten. Parallel Zwiebel und das Weiße vom Frühlingslauch fein schneiden und nach dem Wenden der Kartoffeln mit in die Pfanne geben.

Eier in eine Schüssel schlagen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und mit einem Schuss spritzigem Mineralwasser verquirlen.

Wenn die Kartoffeln kross sind, Eiermasse in die Pfanne geben und unterheben, vom Herd nehmen.

Schweinebraten in Scheiben schneiden und im Bratenfond ganz sanft erwärmen (nicht kochen!), damit das Fleisch saftig bleibt.

Das Grüne vom Frühlingslauch längs aufschlitzen, die Halme platt übereinander legen und längs in ganz schmale Streifen schneiden.

Kartoffel-Eiermasse auf Teller verteilen, den Braten mit der Sauce dazu anrichten, mit grobem Pfeffer aus der Mühle würzen, mit Streifen vom Frühlingslauch und Raukeblättern garnieren.

Björn Freitag am 18. April 2020

Bratapfel mit Kartoffel-Käse-Creme und Schweine-Lende

Für 4 Personen

300 g Kartoffeln	Salz	150 ml Milch
100 g Butter	100 g Camembert	4 Äpfel, mittelgroß
100 ml Apfelsaft	100 ml weißer Traubensaft	1 Lorbeerblatt
2 Gewürznelken	1 Zimtstange	4 Zw. glatte Petersilie
600 g Schweinelende	100 g Bacon	Sonnenblumenöl
Salz	Pfeffer	

Die Kartoffeln schälen, waschen und in Salzwasser weich kochen. Kartoffeln abgießen. Inzwischen die Milch in einem Topf erwärmen. Die gegarten Kartoffeln durch eine Presse drücken, zur Milch geben. Butter zugeben und alles mit dem Schneebesen zu einem feinen Püree verrühren. Etwas abkühlen lassen.

Den Käse fein würfeln und unter das Püree heben. Mit Salz abschmecken.

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die Äpfel waschen, gründlich trocken reiben und von jedem Apfel jeweils an der Unterseite eine dünne Scheibe abschneiden, so dass der Apfel gut auf einer geraden Fläche stehen kann. Jeweils einen Deckel abschneiden und mit Hilfe eines Kugelausstechers die Äpfel aushöhlen.

Die Äpfel mit dem Püree füllen, in eine feuerfeste Form setzen. Apfel- und Traubensaft mischen und angießen. Lorbeerblatt, Gewürznelken und Zimtstange zugeben.

Die Form in den vorgeheizten Ofen schieben, Äpfel ca. 20 Minuten schmoren.

Inzwischen die Petersilie abrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden.

Fleisch kalt waschen, trocken tupfen. Bacon und Schweinelende in Streifen schneiden.

In einer Pfanne Öl erhitzen und die Fleischstreifen darin portionsweise kräftig von allen Seiten braten, mit Salz und Pfeffer würzen. Baconstreifen zugeben und mitanbraten.

Zum Anrichten die Bratäpfel auf vorgewärmte Teller setzen, mit der FleischSpeck-Mischung umlegen und mit Petersilie bestreut servieren.

Christian Henze am 09. Dezember 2019

Brutzel-Schweine-Filet mit Röstzwiebeln

Für 2 Personen:

300 g Schweinefilet	75 g geräucherter Bauchspeck	75 g Gouda in Scheiben
1 kleine Zwiebel, gewürfelt	75 g Röstzwiebeln	Salz, Pfeffer
300 g Rosenkohl	2 EL Butter	2 EL Mandeln, gehobelt

Den Backofen auf 170 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Schweinefilet in fingerdicke Scheiben schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen.

Bauchspeck und Gouda in Rechtecke schneiden, die etwa die Größe der Filetscheiben haben. Filet-, Bauchspeck- und Goudascheiben abwechselnd dachziegelartig darauf schichten und mit Zwiebeln und Röstzwiebeln bedecken. Im vorgeheizten Backofen 25 Minuten backen.

Den Rosenkohl putzen und am Strunk kreuzförmig einschneiden. In Salzwasser 10 Min. blanchieren, dann in eiskaltem Wasser abschrecken. Butter in einer Pfanne aufschäumen und den Rosenkohl mit den Mandelstiften sanft durchschwenken und mit dem Brutzelfleisch auf zwei Teller verteilen.

Dazu schmecken Salzkartoffeln oder knusprige Baguettescheiben.

Christian Henze am 20. Dezember 2019

Bunter Bohnen-Salat mit Schweine-Kotelett

Für 4 Personen

Salat:

300 g Stangenbohnen	300 g Grüne Bohnen	600 g gegarte weiße Bohnen (Glas)
15 Kirschtomaten	100 g durchw. Speck	20 schwarze Oliven
2,5 EL Olivenöl	1 Knolle Knoblauch	3 Schalotten

Vinaigrette:

1 Bio-Orange	1 Zitrone	3 EL Crema di Balsamico
3 EL Olivenöl	0.5 Bund Dill	

Koteletts:

4 Schweine-Koteletts	1 kl. Stück Speckschwarte	1 Zweig Rosmarin
2 Lorbeerblätter	3 Scheiben Ingwer	Olivenöl, Salz

Salat:

Die frischen Bohnen säubern. Die grünen Bohnen ganz lassen, die Stangenbohnen in jeweils 4-5 Stücke schneiden.

Kochwasser erhitzen und etwas salzen. Darin die Bohnen 2-3 Minuten köcheln, dann in sehr kaltem Wasser abschrecken - das stoppt den Garvorgang und die Bohnen behalten die Farbe. Die Bohnen anschließend abtropfen lassen. Sie sollten möglichst noch knackig sein.

Die Kirschtomaten halbieren und den Speck würfeln. Die Schalotten schälen und in feine Streifen schneiden. Die weißen Bohnen aus dem Glas nehmen und abtropfen lassen.

Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Darin den Speck und die Schalotten kurz anbraten. Die Knoblauchknolle halbieren und mit der Schnittfläche den Pfannenboden etwas auswischen. Dann grüne Bohnen, Oliven und Tomaten hinzufügen, kurz in der Pfanne schwenken und erwärmen. Die weißen Bohnen erst zum Schluss vorsichtig unterheben, da sie leicht zerfallen.

Vinaigrette:

De Schale der Orange fein abziehen und den Saft auspressen. Die Zitrone ebenfalls auspressen. Den Saft der Orange mit Crema di Balsamico und Olivenöl verrühren. Mit Zitronensaft, Salz und etwas Zucker abschmecken. Den lauwarmen Bohnensalat in eine Schüssel geben und vorsichtig mit der Vinaigrette vermengen. Dill säubern und hacken und über den Salat geben.

Koteletts:

Eine Pfanne mit etwas Olivenöl leicht erhitzen. Die Koteletts leicht salzen und bei mäßiger Temperatur anbraten. Rosmarin, Ingwerscheiben, Lorbeerblätter und Speckschwarte mit in die Pfanne geben. Die Schweinekoteletts von beiden Seiten braten, bis sie außen gut gebräunt und innen gar, aber noch schön saftig sind.

Die gebratenen Koteletts mit dem Bohnensalat anrichten und servieren.

Rainer Sass am 26. März 2020

Duroc-Koteletts, Orangen-Peperonata und Ofenkartoffeln

Für zwei Personen

Für die Koteletts:

2 Duroc Doppelkoteletts	2 frische Knoblauchknollen	10 g Pinienkerne
20 g Parmesan	2 getrock. Tomatenfilets	2 Zweige Rosmarin
50 g Panko	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für das Peperonata:

1 rote Paprika	1 gelbe Paprika	2 Orangen
2 EL Olivenöl	4 Zweige Thymian	4 Blätter Bärlauch
1 EL Zucker	4 Sternanis	

Für das Bärlauch-Öl:

20 g Parmesan	1 Bund Bärlauch	80 ml Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Ofenkartoffeln:

6 festk. Kartoffeln	4 dünne Scheiben Lardo	1 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Koteletts:

Den Ofen auf 200 Grad Grillfunktion vorheizen.

Knoblauch halbieren. Koteletts waschen, trockentupfen, mit Knoblauch einreiben, mit Salz und Pfeffer würzen und von allen Seiten in Olivenöl goldbraun anbraten. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und als Zweig in die Pfanne geben. Koteletts im vorgeheizten Backofen auf eine Kerntemperatur von 62 Grad garen. Panko rösten. Parmesan reiben.

Tomaten hacken. Aus Panko, Pinienkernen, Parmesan und Tomaten eine Paste herstellen. Paste auf den Koteletts verteilen und diese anschließend mit der Grillfunktion goldgelb überbacken.

Für das Peperonata:

Beide Paprikaschoten waschen, trockentupfen, halbieren, vom Kerngehäuse und Scheidewänden befreien und die Hälften mit einem Sparschäler schälen. In feine Streifen schneiden.

Thymian abbrausen und trockenwedeln. Orangen waschen, trockentupfen, Schale abreiben, halbieren, auspressen und 100 ml Saft auffangen. Zucker mit Sternanis und Thymian karamellisieren und mit Orangensaft ablöschen. Paprikastreifen hineingeben. Alles sirupartig reduzieren und mit Olivenöl emulgieren. Kurz vor dem Servieren mit Orangenabrieb abschmecken. Bärlauch abbrausen, trockenwedeln, fein schneiden und zu den Paprika geben.

Für das Bärlauch-Öl:

Bärlauch abbrausen, trockenwedeln und hacken. Parmesan reiben. Aus Bärlauch, Olivenöl und Parmesan ein Kräuteröl herstellen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Ofenkartoffeln:

Kartoffeln waschen, trockentupfen und ungeschält mehrfach tief ein-, jedoch nicht durchschneiden. In jeden einzelnen Schnitt nun ein Stück Lardo geben, mit Olivenöl beträufeln, mit Salz und Pfeffer würzen und im Backofen ca. 25 Minuten goldgelb backen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Mario Kotaska am 02. April 2020

Duroc-Schnitzel, gebackene Auster, Lauch, Mayonnaise

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

2 Schweineschnitzel à 100 g Öl Salz, Pfeffer

Für die Austern:

6 Austern 2 Eier 3 EL Sesam

100 g Mehl Öl

Für den Lauch:

2 Stangen Lauch 10 Shitake-Pilze 2 EL Butter

Kalbsfond Öl Salz, Pfeffer

Für die Mayo:

1 Ei 1 TL Misopaste $\frac{1}{2}$ TL Dijonsenf

100 ml neutrales Öl

Für die Jus:

150 ml Entenfond 300 ml Kalbsfond 150 ml Sojasoße

1 TL Stärke

Für die Garnitur:

1 Zweig Kresse

Für das Fleisch:

Den Ofen auf 180 Grad Ober- /Unterhitze vorheizen. Die Schnitzel waschen, trockentupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer heißen Pfanne in Öl scharf anbraten und zum gleichmäßigen Garen in den Ofen geben. Anschließend in Streifen schneiden. Die Shitakepilze putzen und ein Kreuz in den Hut schneiden.

Für die Austern:

Austerfleisch vorsichtig aus der Schale entfernen. Eine Panierstraße aus verquirlten Eiern, Mehl und Sesam aufstellen und die Austern panieren.

In reichlich Öl ausbacken, dabei aufpassen, dass das Öl nicht zu heiß ist, um den Sesam nicht zu verbrennen.

Für den Lauch:

Lauch putzen und schräg in 1 cm dicke Scheiben schneiden. In einer Pfanne kurz in Öl anbraten und wenden. Dann Butter dazugeben und mit Fond ablöschen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Pilze kurz in die Pfanne mit dem Duroc-Schwein geben und in Öl anbraten. Pilze zum Schluss zum Lauch in die Pfanne geben und weiterbraten.

Für die Mayo:

Ei trennen und das Eigelb in ein hohes Behältnis geben. Dijonsenf dazugeben und pürieren. Währenddessen langsam das Öl zugießen, bis eine Mayonnaise entsteht. Mit Misopaste abschmecken.

Für die Jus:

Stärke mit ein wenig Wasser mischen. Entenfond, Kalbsfond und Sojasoße in die Pfanne geben, in der das Schnitzel und die Shitake gebraten wurden. Anschließend reduzieren lassen und vorsichtig mit der Stärkemischung abbinden.

Für die Garnitur:

Kresse abrausen, trockenwedeln und über das Gericht streuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit Kresse garnieren und servieren.

Nelson Müller am 18. Oktober 2019

Eisbein mit Bandnudeln und Erbsen-Püree

Für 6-8 Personen

Bandnudeln:

500 g Mehl (405)	4 Eigelb	2 ganze Eier
1 EL Olivenöl	1-2 EL Wasser	1 Prise Salz

Erbsenpüree:

500 g TK-Erbsen	2-3 Frühlingszwiebeln	1 Zehe Knoblauch
Zitronensaft	1 Prise Muskat	Olivenöl
Salz, Zucker		

Fleisch:

1-2 (ca. 2 kg) Eisbein	1 Bund Suppengemüse	2 Zwiebeln
2 Lorbeerblätter	1 EL Wacholderbeeren	1 EL Pimentkörner
Honig	1 EL Schwarzer Pfeffer	1 Nelke
1 Bund Petersilie	3-4 Schalotten	1 Dose Tomaten

Bandnudeln:

Mehl, Eier, Olivenöl, Salz und etwas Wasser in eine Rührschüssel geben und zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. Die Arbeitsfläche mit etwas Mehl bestreuen. Den Teig aus der Schüssel nehmen und mit der Hand 5 Minuten durchkneten. In Klarsichtfolie wickeln und 1 Stunde ruhen lassen.

Die Folie entfernen und den Teig länglich ausrollen. In Stücke teilen und etwas platt drücken. Die Teigstücke durch eine Nudelmaschine drehen und zu dünnen Bahnen auswalzen. Das geht auch mit einem Nudelholz. Dabei muss die Arbeitsfläche immer gut mit Mehl bedeckt sein, damit der Teig nicht anklebt. Die Bahnen halbieren und mit einem Messer oder Zackenrädchen breite Nudeln ausrollen. Mit Mehl bestäuben und aufhängen oder großzügig auslegen. Etwas antrocknen lassen. Salzwasser erhitzen und die Pappardelle maximal 3 Minuten kochen.

Erbsenpüree:

Die Erbsen mit etwas Wasser und 1 Prise Salz in einen Topf geben und bei wenig Hitze etwa 5 Minuten garen. Abtropfen lassen und den Sud auffangen. Mit etwas Flüssigkeit zurück in den Topf geben und pürieren. Immer wieder etwas Kochwasser hinzufügen, bis die Masse eine geschmeidige Konsistenz hat. Mit Muskat, durchgepresstem Knoblauch, Salz, Zucker und Zitronensaft würzen und etwas Olivenöl hinzufügen. Die Frühlingszwiebeln putzen, in feine Ringe schneiden und zum Schluss unter das Erbsenpüree heben.

Das Erbsenpüree eignet sich auch als Dip oder als Belag für geröstetes Brot.

Fleisch:

Die Zwiebeln mit der Schale halbieren und ohne Fett in einer Pfanne auf der Schnittfläche rösten. Das Suppengemüse putzen und in Stücke teilen. Wasser erhitzen und das Eisbein mit den vorbereiteten Zutaten und Gewürzen in den Topf geben. Den Topf halb verschließen und das Eisbein etwa 2-2 ½ Stunden bei milder Hitze köcheln lassen. Es ist gar, wenn sich das Fleisch leicht vom Knochen lösen lässt. Aus dem Sud nehmen und das Fett entfernen. Das Fleisch in mundgerechte Stücke schneiden.

Die Schalotten schälen und in feine Lamellen schneiden. Petersilie säubern und hacken. Olivenöl und etwas Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Schalotten farblos anschwitzen. Die Fleischstücke hinzufügen und leicht anbraten. Dabei mit etwas Honig einpinseln. Die Dosen-tomaten abtropfen lassen, in Stücke teilen und in die Pfanne geben. Etwas Sud vom Eisbein hinzufügen (Vorsicht, durch das gepökelte Fleisch ist der Sud sehr salzig). Die frisch gekochten Pappardelle tropfnass in die Pfanne geben und mit den Zutaten vermengen. Zum Schluss gehackte Petersilie und einen Löffel Erbsenpüree hinzufügen.

Die Eisbein-Pasta auf Teller geben und nach Belieben mit Parmesan bestreuen. Man kann das

Eisbein auch in große Stücke teilen und auf dem Erbsenpüree platzieren. Die Pasta dann separat dazu servieren.

Rainer Sass am 14. Juli 2019

Fleisch-Spieße mit Grillkäse und Schinken-Tomaten-Soße

Für 4 Personen

200 g reife Eiertomaten	Salz	100 g dünnen Parmaschinken
1 gelbe Paprikaschote	3 EL Olivenöl	1 TL Zucker
2 EL weißer Balsamico	Pfeffer	600 g Schweinelende
200 g Grillkäse	1 Salatgurke	1 Knoblauchzehe
400 g griech. Joghurt (10%)		

Tomaten in sprudelnd kochendem Salzwasser kurz blanchieren und in kaltem Wasser abschrecken. Dann die Haut abziehen und das Fruchtfleisch in Würfel schneiden.

Parmaschinken klein schneiden. Paprikaschote waschen, putzen und klein würfeln.

In einer Pfanne die Hälfte vom Olivenöl erhitzen und den Schinken darin anbraten.

Zunächst Paprika, dann Tomaten zugeben und mit anbraten. Mit Zucker bestreuen und bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Rühren karamellisieren.

Balsamico darüber träufeln, mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Pfanne vom Herd nehmen.

Den Backofen bei Grillfunktion auf höchster Stufe (oder Oberhitze bei 250 Grad) vorheizen.

Fleisch kalt abbrausen, trocken tupfen. Fleisch und Grillkäse in walnussgroße Stücke schneiden und abwechselnd auf Spieße stecken. Rundum mit Salz und Pfeffer würzen, dann direkt auf die Tomatensauce in der Pfanne legen. Sofern die Pfanne nicht backofeneeignet ist, die Tomatensauce in eine Auflaufform umfüllen und die Spieße auflegen.

Tipp: Die Grillkäsestücke können nach Geschmack auch in Parmaschinken eingewickelt werden und so mit dem Fleisch aufgespießt werden.

Alles in den vorgeheizten Backofen stellen und ca. 20 Minuten garen, dabei nach der Hälfte der Garzeit die Spieße einmal wenden.

In der Zwischenzeit für das Zaziki die Gurke waschen und fein raspeln. Anschließend die Gurkenraspel in einem sauberen Küchentuch gut ausdrücken. Knoblauch schälen und fein reiben.

Joghurt mit den Gurkenraspeln, Knoblauch, 1 Spitzer weißem Balsamico und Rest Olivenöl vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Pfanne aus dem Ofen nehmen. Die Spieße und Sauce auf Tellern anrichten und servieren. Zaziki dazu reichen.

Tipp: Dazu passen gebratene Kartoffelecken. Dafür geschälte und ausgekühlte Pellkartoffeln längs vierteln. Etwas Olivenöl und Butterschmalz in eine Pfanne geben, die Kartoffeln bei starker Hitze schwenken, mit Salz, Pfeffer und nach Belieben mit etwas Zitronenabrieb, geräuchertem Paprikapulver und Thymian würzen und goldbraun schwenken.

Christian Henze am 16. Juli 2020

Fränkisches Schäuferle

Für 4-6 Personen

Für die Schäuferle:

3 große Zwiebeln	1 Karotte	150 g Knollensellerie
400 ml Hühnerbrühe	1,4 kg Schweineschulter (Blatt)	1 Knoblauchzehe (Scheiben)
1 Scheibe Ingwer	$\frac{1}{2}$ 1 TL getr. Majoran	$\frac{1}{2}$ TL ganzer Kümmel
milde Chiliflocken	1 Lorbeerblatt	1 2 TL Speisestärke
Salz		

Für die Kartoffelknödel:

500 g mehligk. Kartoffeln	Salz	1 kleine Zwiebel
120 g Bacon (Stück)	40 g Speisestärke	1 Eigelb
2 EL braune Butter	Muskatnuss	

Den Backofen auf 160 °C vorheizen. Für die Schäuferle die Zwiebeln schälen, Karotte und Sellerie putzen und schälen. Die Zwiebeln in schmale Spalten, Karotte und Sellerie in Stifte ($\frac{1}{2}$ x 57 cm) schneiden. Das Gemüse mit der Brühe in einen Bräter geben. Die Schäuferle mit der Schwarte nach unten dicht nebeneinander daraufsetzen und im Ofen auf der mittleren Schiene 1 Stunde garen. Dann die Fleischstücke wenden und 1 Stunde weiter garen.

Inzwischen für die Kartoffelknödel die Kartoffeln waschen und mit Schale in Salzwasser weich garen. Danach abgießen und kurz ausdampfen lassen, möglichst heiß pellen und durch die Kartoffelpresse drücken.

Währenddessen die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden.

Den Speck in Würfel schneiden und in einer Pfanne ohne Fett auslassen.

Nach 1 bis 2 Minuten die Zwiebel hinzufügen und mit andünsten. Alles in ein Sieb geben und abtropfen lassen.

Die durchgepressten Kartoffeln mit Speisestärke, Eigelb, Speck, Zwiebel, brauner Butter, etwas Salz und Muskatnuss zu einem glatten Knödelteig verarbeiten. Ein Blatt starke Alufolie mit Frischhaltefolie belegen. Die Knödelmasse darauf zu einer länglichen Rolle (ca. 5 cm Durchmesser) formen. Erst in die Frischhaltefolie einrollen, dann in die Alufolie einwickeln. Die Enden der Alufolie erst etwas andrücken, dann so verdrehen, dass eine kompakte Rolle entsteht. Die Knödelrolle in einem entsprechend großen Topf mit leicht siedendem Wasser etwa 30 Minuten garen. Aus dem Wasser heben, aus der Folie wickeln und in Scheiben schneiden, warm halten.

Den Bräter aus dem Ofen nehmen und die Ofentemperatur auf 220 °C erhöhen. Die Schäuferle in eine Auflaufform setzen und die Schwarte jeweils quer 5- bis 6-mal einritzen. Dann die Schäuferle im Ofen auf der unteren Schiene noch etwa 30 Minuten kross braten.

Den Bräter mit dem Saucenansatz bei mittlerer Hitze auf den Herd stellen. Knoblauch, Ingwer, Majoran, Kümmel, 1 Prise Chiliflocken und Lorbeerblatt hinzufügen, 5 bis 10 Minuten ziehen lassen. Die Speisestärke mit wenig kaltem Wasser glatt rühren, in die Sauce geben und köcheln lassen, bis sie leicht sämig bindet. Einige Minuten ziehen lassen, dann alles durch ein Sieb in einen Topf gießen. Gemüse dabei ausdrücken und entfernen. Sauce mit Salz abschmecken.

Die Schäuferle mit Sauce auf vorgewärmten Tellern anrichten und die Knödel dazu reichen. Die Knödel nach Belieben mit Bröselbutter beträufeln (dazu 2 EL Weißbrotbrösel in einer Pfanne mit 60 g Butter bei milder Hitze goldgelb rösten).

Alfons Schuhbeck am 28. Januar 2020

Gebackenes Schweine-Nackensteak mit Kartoffel-Salat

Für 4 Personen

Für den Kartoffelsalat:

1 kg festk. Kartoffeln	Salz	1 kleine rote Zwiebel
2 Frühlingszwiebeln	$\frac{1}{2}$ Salatgurke	$\frac{1}{2}$ Bund Radieschen
350 ml Hühnerbrühe	3 EL Weißweinessig	mildes Chilusalz
Zucker	2 EL gemischte Kräuterblätter	3 EL braune Butter

Für die Steaks:

2 Eier	2 EL Sahne	80 g doppelgriffiges Mehl
100 g Weißbrotbrösel	$\frac{1}{2}$ TL schwarze Pfefferkörner	$\frac{1}{2}$ TL gemahlener Kümmel
$\frac{1}{4}$ TL gemahlener Koriander	$\frac{1}{2}$ TL edelsüßes Paprikapulver	$\frac{1}{2}$ TL Rosmarinnadeln
milde Chiliflocken	4 Schweinenackensteaks	Salz, Öl, mildes Chilusalz
4 Zitronenspalten		

Für den Kartoffelsalat die Kartoffeln waschen und mit Schale in Salzwasser weich garen. Abgießen, kurz ausdampfen lassen, möglichst heiß pellen und in dünne Scheiben schneiden. In eine Schüssel geben und noch heiß weiter verarbeiten.

Inzwischen die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in dünne Ringe schneiden. Die Gurke waschen, längs vierteln und in 3 bis 4 mm dünne Scheiben schneiden. Die Radieschen putzen, waschen und in dünne Scheiben schneiden.

Für das Dressing die Brühe erhitzen und mit dem Essig verrühren, mit Chilusalz und 1 Prise Zucker würzen. 1 Handvoll Kartoffelscheiben hinzufügen und alles mit dem Stabmixer sämig pürieren. Das Dressing nach und nach unter die übrigen Kartoffelscheiben mischen, bis die Flüssigkeit vollständig gebunden ist. Dann die Zwiebel, Frühlingszwiebeln, Gurke, Radieschen und Kräuter untermischen. Zuletzt die braune Butter dazugeben, zum Servieren nochmals abschmecken.

Für die Steaks Eier und Sahne in einem tiefen Teller verquirlen. Das Mehl und die Weißbrotbrösel ebenfalls jeweils in tiefe Teller geben. Pfeffer, Kümmel, Koriander, Paprika, Rosmarin und 1 Prise Chili mischen. Die Schweinenackenscheiben mit Salz und der Gewürzmischung würzen und zunächst im Mehl wenden. Dann durch die verquirlten Eier ziehen und zuletzt in den Weißbrotbröseln wenden.

In einer großen tiefen Pfanne fingerhoch Öl erhitzen (alternativ eine Fritteuse verwenden). Die panierten Schweinebratenstücke darin auf beiden Seiten goldbraun backen. Herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit etwas Chilusalz nachwürzen.

Zum Servieren den Kartoffelsalat auf Teller verteilen und die Schweinenackensteaks danebenlegen. Mit Zitronenspalten garnieren.

Alfons Schuhbeck am 17. September 2019

Gefüllte Spanferkel-Brust 'Lola Montez'

Für 4 Personen

Für die Füllung:

1 EL getr. Steinpilze	125 ml Hühnerbrühe	$\frac{1}{2}$ Zwiebel
$\frac{1}{2}$ rotschaliger Apfel	1 geh. EL Pistazienkerne	1 EL Mandelblättchen
150 g altb Laugenstangen	100 ml Milch	2 Eier
mildes Chilisalز	Muskatnuss	1 EL Petersilienblätter
1 Msp. Zitronen-Abrieb		

Für Fleisch und Soße:

1 $\frac{1}{2}$ kg Spanferkelbrust	300 ml Hühnerbrühe	Salz
1 Zwiebel	$\frac{1}{2}$ Karotte	70 g Knollensellerie
1 TL Puderzucker	1 EL Tomatenmark	150 ml Rotwein
2 Lorbeerblätter	1 Prise Korianderkörner	3 Pimentkörner
3 angedr. Wacholderbeeren	1 Rosmarinweig	2 Knoblauchzehen
2 Scheiben Ingwer	1 TL Speisestärke	

Für die Füllung die Trockenpilze in der Brühe aufkochen und 10 bis 15 Minuten ziehen lassen, dann abgießen, die Brühe auffangen. Die Trockenpilze abkühlen und abtropfen lassen, dann klein hacken. Die Zwiebel schälen, in feine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit 100 ml Wasser weich garen, bis die Flüssigkeit eingekocht ist. Den Apfel waschen, halbieren, entkernen und in etwa $\frac{1}{2}$ cm große Würfel schneiden. Die Pistazien grob hacken. Die Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett hell rösten, herausnehmen und abkühlen lassen.

Die Laugenstangen in etwa 1 cm große Würfel schneiden. Die Milch aufkochen, nach und nach in die Eier rühren und mit Chilisalز und Muskatnuss würzen. Die Eiermilch über die Brezenwürfel gießen, locker mischen und 5 bis 10 Minuten ziehen lassen. Trockenpilze, Zwiebel, Apfelwürfel, Pistazien, Mandeln und Petersilie locker unterheben und alles mit Zitronenschale würzen.

Für Fleisch und Sauce den Backofen auf 130 °C vorheizen. In die Spanferkelbrust mit einem scharfen Messer vorsichtig eine Tasche einschneiden, mit der Knödelmasse füllen und mit Rouladennadeln verschließen. Die Brühe mit der Pilzeinweichbrühe in den Bräter gießen, die Spanferkelbrust mit der Schwarte nach unten hineinlegen und im Ofen auf der untersten Schiene 1 Stunde garen. Das Fleisch herausnehmen und die Schwarte gitterförmig einschneiden.

Die Ofentemperatur auf 160 °C erhöhen. Die Spanferkelbrust mit der Schwarte nach oben in den Bräter setzen, auf der mittleren etwa 2 Stunden garen. Herausnehmen, den Bratsud abgießen, retten. Die Ofentemperatur auf 220 bis 230 °C (nur Oberhitze) erhöhen. Die Spanferkelbrust auf ein Backblech setzen, die Schwarte mit etwas Salz bestreuen und im Ofen auf der untersten Schiene 20 min. kross braten. Anschließend warm halten.

Für die Sauce Zwiebel, Karotte und Sellerie putzen, schälen, Zwiebel halbieren, Karotte schräg in Scheiben schneiden, Sellerie in $\frac{1}{2}$ cm große Würfel schneiden. Den Puderzucker in einem Topf hell karamellisieren. Das Tomatenmark unterrühren und kurz mitdünsten. Den Wein dazugießen und sirupartig einköcheln. Das Gemüse unterrühren, die abgegossene Brühe und den Bratsud aus dem Bräter dazugießen, die Gewürze hinzufügen, mit Salz würzen, 10 Minuten ziehen lassen; durch ein Sieb passieren und noch etwas einköcheln lassen. Speisestärke in etwas kaltes Wasser rühren, in die Sauce geben und köcheln lassen bis diese sämig bindet.

Die Spanferkelbrust in Scheiben schneiden und mit Sauce und am besten mit Gemüse auf vorgewärmten Tellern anrichten.

Alfons Schuhbeck am 03. Januar 2020

Gefüllter Schweine-Rücken mit mariniertem Kohlrabi

Für 4 Personen

Für die Schweinerückensteaks:

4 Stiele Basilikum	6 getrock. Öl-Tomaten	6 schwarze Oliven
100 g Weißbrot ohne Rinde	2 EL Rote Bete Pulver	120 g Feta
1 Prise Piment d'Espelette	4 Schweinerückensteaks á 150 g	1 Ei
2 EL Mehl	Salz	Pfeffer
4 EL Pflanzenöl	2 EL Butter	

Für den Kohlrabi:

2 Kohlrabi, mittlere Größe	1 EL Miso	1 EL Rapsöl
1 EL Sesamöl	2 EL Reissessig	Salz
weißen Pfeffer	1 Prise Zucker	

Zusätzlich:

1 EL Haselnüsse	1-2 Stiele Sauerklee
-----------------	----------------------

Basilikum abrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden.

Die getrockneten Tomaten und die Oliven fein hacken. Tomaten, Oliven und Basilikum mischen.

Weißbrot in grobe Stücke zupfen und mit dem Rote Bete Pulver im Cutter fein mixen.

Den Fetakäse in Scheiben schneiden und diese mit etwas Piment d'Espelette würzen.

Jeweils eine Tasche in die Schweinerückensteaks schneiden und diese mit den Feta-Scheiben und der Tomaten-Oliven-Mischung füllen.

Vom Kohlrabi die Blätter entfernen, die feinen kleinen Blätter beiseite stellen.

Kohlrabi schälen und mit einem Spiralschneider zu Gemüse-Spaghetti schneiden. Alternativ den Kohlrabi mit einem scharfen Messer erst in feine Scheiben und diese dann in feine Streifen schneiden.

Die Kohlrabiblätter abrausen, trocken schütteln und in feine Streifen schneiden.

Miso mit dem Rapsöl, Sesamöl und Essig zu einem Dressing verrühren.

Die Haselnüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett rösten.

Sauerklee abrausen und trocken schütteln.

Das Ei mit 2 EL Wasser verquirlen.

Die gefüllten Schweinerückensteaks mit Salz und Pfeffer würzen und anschließend panieren. Dazu im Mehl wenden, abklopfen, durch das verquirlte Ei ziehen und in der Brösel-Mischung panieren.

In einer Pfanne das Öl erhitzen und die Steaks darin bei mittlerer Hitze von beiden Seiten goldgelb braten. Vor dem Wenden der Steaks die Butter in die Pfanne geben und aufschäumen lassen.

Den Kohlrabispaghetti kurz vor dem Anrichten mit dem Dressing marinieren und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken, das Kohlrabigrün untermischen.

Jeweils einen gefüllten Schweinerücken mittig aufschneiden und auf den vorgewärmten Tellern anrichten. Den Kohlrabisalat wild darum herum verteilen und anschließend den Sauerklee und die Haselnüsse darauf anrichten.

Michael Kempf am 25. Juni 2019

Gefüllter Schweine-Rollbraten mit Pflaumen-Soße

Für 4 Personen

Für den Braten:

150 g Mandeln	4 Knoblauchzehen	1 Bund glatte Petersilie
100 g Speck	1,2 kg Schweinenacken	Salz
Pfeffer	3 Zwiebeln	3 EL Butterschmalz
150 ml Pflaumensaft	200 ml Fleischbrühe	

Für die Pflaumensauce:

200 g getrock. Pflaumen	50 g Speck	2 EL Butter
1 EL Zucker	1 EL asiat. Gewürzmischung	

Für die Bratenfüllung Mandeln in einer Pfanne ohne Fett rösten, dann erkalten lassen und grob hacken.

Knoblauch schälen, fein schneiden. Petersilie abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden. Speck in feine Würfel schneiden.

Mandeln, Speck, Knoblauch und Petersilie vermischen und auf das Fleischstück aufstreichen, dann aufrollen und den Rollbraten mit Küchengarn binden. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Zwiebeln schälen und grob würfeln.

In einem Bräter Butterschmalz erhitzen und den Rollbraten rundherum darin anbraten.

Zwiebel zugeben und kurz anbraten, mit Pflaumensaft und Brühe ablöschen und zugedeckt ca. 2 Stunden schmoren.

Für die Sauce getrocknete Pflaumen in 300 ml Wasser 30 Minuten einweichen.

Speck fein würfeln.

Pflaumen aus dem Wasser nehmen, Einweichwasser beiseitestellen und die Pflaumen klein schneiden.

In einem Topf Speckwürfel anbraten, Butter und die klein geschnittenen Pflaumen zugeben. Zucker untermischen und leicht karamellisieren lassen. Das Gewürzpulver zugeben und mit dem Einweichwasser ablöschen. Die Sauce 10 Minuten köcheln lassen.

Den Rollbraten aus dem Bräter nehmen. Den entstandenen Bratensaft passieren, unter die Pflaumensauce mischen und abschmecken.

Den Rollbraten aufschneiden und mit der Sauce anrichten. Dazu passt z.B. Kartoffel-Pastinaken-Püree. Tipp: Für ein Püree 500 g Kartoffeln (mehlig kochende Sorte) und 300 g Pastinaken schälen, in grobe Stücke schneiden und in Salzwasser weich kochen. Dann abgießen und durch eine Presse drücken. 150 ml Milch erwärmen und mit 2 EL weicher Butter unter das gepresste Gemüse mischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Martina Kömpel am 17. September 2019

Gefülltes Schweine-Kotelett mit Bratkartoffeln

Für 4 Personen

Für die Koteletts:

1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	2 EL Haselnusskerne
100 g frischer Blattspinat	1 EL Butter	1 Ei
2 EL geriebener Emmentaler	Salz	Pfeffer
4 Schweine-Koteletts mit Knochen	2 EL Butterschmalz	

Für die Bratkartoffeln:

100 g geräuch. Bauchspeck	3 Schalotten	600 g gegarte Pellkartoffeln
½ TL Paprikapulver edelsüß	1 EL Mehl	2 EL Butterschmalz
1 Knoblauchzehe	1 Prise gemahlener Kümmel	1 TL Majoran
Salz	Pfeffer	

außerdem:

kleine Holzspieße

Für die Füllung Zwiebel schälen und würfeln. Knoblauchzehe abziehen und fein würfeln.

Nüsse fein hacken.

Spinat verlesen, waschen und gut abtropfen lassen oder trockenschleudern.

Butter in einer Pfanne erhitzen. Zwiebel- und Knoblauchwürfel darin unter Wenden hell andünsten.

Nüsse und Spinat zugeben. Zugedeckt bei mittlerer Hitze dünsten, bis der Spinat zusammengefallen ist.

Die Mischung in ein Sieb geben und abtropfen lassen oder ausdrücken.

Inzwischen für die Bratkartoffeln den Speck in feine Würfel schneiden.

Schalotten schälen und fein würfeln. Kartoffeln abziehen und in Scheiben schneiden.

Paprikapulver und Mehl mischen, über die Kartoffelscheibenstäuben und alles vorsichtig vermischen.

Spinatmischung mit Eiern, Emmentaler, etwas Salz und Pfeffer in eine Schüssel geben und vermischen.

Die Koteletts kalt waschen, gründlich trocken tupfen und seitlich waagrecht eine tiefe Tasche ins Fleisch einschneiden. Das Fleisch innen und außen leicht salzen und pfeffern.

Die Käse-Spinat-Füllung in die Fleischtaschen verteilen, die offene Fleischseite mit Holzspießen verschließen.

Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen. Die Koteletts darin bei mittlerer bis hoher Temperatur je Seite etwa 34 Minuten kräftig braten, bis Fleisch und Füllung gegart sind.

Währenddessen für die Bratkartoffeln das Butterschmalz in einer weiteren großen, beschichteten Pfanne erhitzen.

Kartoffelscheiben möglichst so einlegen, dass sie nebeneinander auf dem Pfannenboden liegen. Speck und Schalottenwürfel zugeben und alles goldbraun braten.

Knoblauch abziehen und fein würfeln oder durchpressen und zu den Kartoffeln in die Pfanne geben und mitbraten.

Die Bratkartoffeln mit Kümmel, Majoran, Salz und Pfeffer würzen und gut durchschwenken.

Bratkartoffeln auf 4 vorgewärmten Tellern verteilen, die Koteletts anlegen und alles sofort servieren.

Christian Henze am 04. Juni 2020

Gefülltes Schweine-Kotelett mit Kräuter-Soße

Für 4 Personen

200 g frischer Blattspinat	200 g Brunnenkresse	2 Schalotten
2 EL Butter	Salz	Pfeffer
1 Prise Muskat	150 g Semmelbrösel	2 Bund gemischte Kräuter
1 Beet Kresse	300 g saure Sahne	100 g Crème-fraîche
1 EL scharfer Senf	2 EL Olivenöl	1 TL Zitronensaft
4 Schweinekoteletts	3 EL Mehl	2 Eier
4 EL Butterschmalz		

Vom Spinat die dicken Stiele entfernen. Spinat waschen, abtropfen lassen. Brunnenkresseblätter abzupfen, gut waschen und abtropfen lassen.

Schalotten schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit Butter anschwitzen, Spinat und Brunnenkresse zugeben und zusammenfallen lassen.

Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, dann alles auf ein Sieb geben, gut ausdrücken. Ca. 1-2 EL Semmelbrösel unter den Spinat- Brunnenkressemix mischen.

Für die Kräutersauce die Kräuter abspülen, trocken schütteln und gemeinsam mit Kresse fein hacken.

Saure Sahne, Crème fraîche, Senf, Öl und Zitronensaft gut vermischen, die gehackten Kräuter unterheben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

In die Fleischseite der Koteletts horizontal mit einem spitzen Messer eine Tasche einschneiden und jeweils etwas Spinatmasse einfüllen.

Gefüllte Koteletts mit Salz und Pfeffer würzen, im Mehl wenden, dieses etwas abklopfen, dann durchs verquirlte Ei ziehen und in den übrigen Semmelbröseln panieren.

In einer Pfanne mit Butterschmalz bei mittlerer Hitze die Koteletts von beiden Seiten rundum goldbraun braten. Die Kunst ist das relativ dicke Fleisch so langsam zu braten, dass die Panade nicht zu dunkel wird und das Innere des Fleisches gerade durchgebraten ist.

Die Koteletts mit der Kräutersauce anrichten und servieren.

Dazu passen gebratene Kartoffelwürfel.

Vincent Klink am 16. Mai 2019

Gegrillte Schweine-Filets

Für 4 Personen

8 Schweinefilet	1 Zitrone	1 EL Chiliflocken
2-3 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer	

Die Schweinefilets in eine Schale legen. Die Zitrone waschen, die Schale mit einem Ziselierer abziehen und die feinen Streifen leicht hacken. Zitronenschale mit Olivenöl, Salz und Chiliflocken zu den Schweinefilets geben und alles gut vermengen. Das Fleisch mindestens $\frac{1}{2}$ Stunde marinieren. Anschließend grillen oder in einer Pfanne braten.

Das Fleisch schmeckt gut mit gegrillter Ananas oder als Beilage zu einem Eintopf.

Rainer Sass am 07. April 2019

Geschmorte Schweine-Bäckchen mit Wurzelwerk

Für 4 Personen

Für die Schweinebäckchen:

750 g gepök., geräuch. Schweinebäckchen	Salz	Pfeffer
10 Schalotten	50 ml Olivenöl	150 ml Rotwein
100 ml Portwein	2 Lorbeerblätter	2 Zweige Thymian
1 TL geräuchertes Paprikapulver	800 ml Geflügelbrühe	

Für das Wurzelwerk:

2 Karotten	2 Petersilienwurzeln	500 g Steckrübe
1 Knoblauchzehe	50 g Butterschmalz	2 Lorbeerblätter
2 Zweige Thymian	Salz	60 g Salzmandeln
60 ml Apfelessig	1 EL Aprikosengelee	Zucker

Schweinebäckchen kalt abspülen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen. Schalotten abziehen und längs vierteln.

Olivenöl in einem Schmortopf erhitzen. Das Fleisch darin portionsweise rundherum kurz kräftig anbraten.

Schalotten zugeben, goldbraun mit anbraten. In mehreren Portionen mit jeweils Rot- und Portwein ablöschen. Einkochen lassen, bis die Bäckchen und Schalotten rundum leicht glasiert sind. Lorbeerblätter, Thymian und Paprikapulver zugeben. Mit Geflügelbrühe auffüllen. Bei schwacher Hitze zugedeckt ca. 1,5 Stunden sacht köcheln lassen, bis die Schweinebäckchen butterart geworden sind.

Etwa 30 Minuten vor Ende der Schmorzeit das Wurzelgemüse putzen, schälen, waschen und abtropfen lassen. Petersilienwurzeln in 1,5 cm feine Stücke schneiden. Möhren in Streifen schneiden. Steckrübe zunächst in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden, dann in 5 cm große Stifte schneiden. Knoblauch abziehen und fein schneiden. Butterschmalz in einem weiten Topf erhitzen. Den Knoblauch darin hell andünsten.

Das Gemüse zugeben und unter vorsichtigem Wenden anschwitzen. Lorbeer und Thymian zugeben. Mit Salz würzen. Gemüse zugedeckt ca. 15 Minuten sacht weich schmoren.

Mandeln grob hacken, zum Gemüse geben. Mit Apfelessig ablöschen. Das Aprikosengelee vorsichtig unterrühren und alles leicht karamellisieren. Zusätzlich 100 ml vom Schweinebäckchen-Schmorfond zugeben und alles noch kurz ziehen lassen, bis das Gemüse gegart ist, aber noch leichten Biss hat. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Das Fleisch aus dem Schmorfond stechen, warm stellen. Den Fond offen sämig einkochen, abschmecken. Die Bäckchen wieder einlegen und noch leicht ziehen lassen.

Wurzelgemüse, Schmorbäckchen und Schmorfond anrichten.

Jörg Sackmann am 19. Februar 2019

Geschnetzeltes vom Schweinehals mit Gemüse-Reis

Für 4 Personen

Für den Reis:

1 Schalotte	1 Karotte	1/2 Zucchini
1 Stange Staudensellerie	2 EL Olivenöl	150 g Langkornreis
350 ml Gemüsebrühe	Salz	Pfeffer

Für das Geschnetzelte:

2 Frühlingszwiebeln	1/2 rote Chilischote	600 g Schweinehals
Pfeffer	Salz	3 EL Olivenöl
3 EL Sojasauce	1 EL Ketchup	100 ml Tomatensaft

Für den Gemüsereis Schalotte und Karotte schälen und fein würfeln. Zucchini und Staudensellerie abwaschen und ebenfalls fein würfeln.

In einem Topf Olivenöl erhitzen, Schalotte und die Gemüswürfel darin anschwitzen.

Den Reis zugeben, mit Brühe auffüllen und zugedeckt ca. 20 Minuten köcheln lassen, bis der Reis weich ist.

In der Zwischenzeit für das Geschnetzelte die Frühlingszwiebeln putzen, das Weiße fein schneiden und das Grün in feine Ringe schneiden.

Chili halbieren, das Kerngehäuse austreichen und das Fruchtfleisch fein hacken.

Das Fleisch in dünne Scheiben schneiden, reichlich pfeffern und nur mäßig salzen. 7. In einer Pfanne mit etwas Olivenöl das Fleisch scharf anbraten, aus der Pfanne nehmen und warm stellen.

Die Pfanne ausreiben und das Weiße der Frühlingszwiebeln mit etwas Olivenöl anschwitzen, Chili zugeben.

Mit Sojasauce ablöschen. Ketchup und Tomatensaft zugeben und die Flüssigkeit um etwa die Hälfte einkochen lassen.

Dann das Fleisch wieder zugeben. Das Grün der Frühlingszwiebeln untermischen und abschmecken.

Gemüsereis mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Geschnetzelte mit dem Reis anrichten.

Vincent Klink am 06. Juni 2019

Grünkohl mit Kohlwurst, Pinkel und Kasseler

Für 6 Personen

1.5 kg Grünkohl	2 Zwiebeln	2 EL Puderzucker
1.5 EL Senf	1 l Gemüsebrühe	500 g Speck
1 Schinkenschwarte	1 Stück Schweinebacke	1 EL Butterschmalz
1 Stück Kasseler-Bauch	Salz, Pfeffer	1 kg Kasseler-Nacken
6 Pinkel	6 Kohlwürste	500 g Knipp
1 kg Drillinge	1 EL Zucker	2 EL Butterschmalz

Der Grünkohl schmeckt am besten, wenn er frisch vom Feld kommt. Gezupfte Ware in Plastikbeuteln unbedingt auf Frische prüfen. Im Beutel fängt der Grünkohl schon nach kurzer Zeit an zu schwitzen und zu welken. Er sollte immer eine dunkelgrüne Farbe und feste Stiele haben.

Grünkohlblätter von den groben Stielen und Strünken ziehen und in mundgerechte Stücke teilen. Gründlich waschen, in kochendes Salzwasser geben und 3-4 Minuten blanchieren. In Eiswasser abschrecken und gut ausdrücken. Die Zwiebeln klein schneiden und in Butterschmalz andünsten, dabei mit Puderzucker bestreuen und vermengen, bis alles leicht karamellisiert.

Den Senf hinzufügen und verrühren. Den Grünkohl in den Topf geben und mit der Zwiebelmasse vermengen. Die Brühe angießen, bis der Kohl zu einem Drittel in der Flüssigkeit steht. Er soll schmoren und nicht in der Flüssigkeit schwimmend kochen. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Speck, Schwarte und Schweinebacke auf den Kohl legen. Den Topf verschließen und alles bei mittlerer Hitze etwa 1 ½ Stunden köcheln lassen. Während der Kochzeit die Fleischstücke wenden und eventuell noch etwas Flüssigkeit nachfüllen.

Backofen auf 200 Grad vorheizen. Den Kasseler-Nacken in einen Bratentopf legen, etwas Wasser hinzufügen und in den Ofen schieben. Etwa 1 Stunde garen, nach 30 Minuten die Hitze auf 180 Grad reduzieren.

Kochwasser erhitzen und die Würste etwa 20-30 Minuten bei milder Hitze gar ziehen lassen. Wer mag, kann die Würste auch im Grünkohl garen.

Eine leckere Beilage zum Grünkohl ist auch Knipp. Die Masse in Stücke teilen und in einer Pfanne erhitzen. Die Knippstücke dabei etwas andrücken und bei mäßiger Hitze braten, bis sie eine schöne braune Kruste haben.

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser kochen, dann abkühlen lassen. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffeln von allen Seiten braten und leicht rösten. Dabei leicht zuckern und mit einer Prise Salz würzen.

Die Fleischstücke aus Topf, Ofen und Pfanne nehmen. Den Grünkohl mit Senf, Salz und Zucker nochmals würzen. Grünkohl mit Würsten, portionierten Fleischstücken, Knipp und Kartoffeln servieren.

Wer mag, kann auch nur einen Teil der vorgeschlagenen Fleischstücke verwenden.

Rainer Sass am 15. Dezember 2019

Gratiniertes Hüttenbrot

Für 4 Personen

2 Knoblauchzehen	1 Zweig Rosmarin	300 g frisches Bauernbrot
5 EL Pflanzenöl	400 g Schweinelende	Salz
Pfeffer	100 g Frühstücksspeck	2 Tomaten
200 g Camembert	150 g körniger Frischkäse	2 EL Preiselbeeren
1 Bund Schnittlauch		

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Knoblauchzehen schälen und leicht zerdrücken. Rosmarin abbrausen, trocken schütteln.

Vom Brot pro Portion 1 Scheibe, etwa 1 cm dick schneiden.

In einer großen Pfanne das Öl erhitzen und die Brotscheiben darin mit Knoblauch und Rosmarin bei mittlerer Hitze von beiden Seiten knusprig rösten. Auf Küchenpapier gut abtropfen lassen.

Das Fleisch in Medaillons von ca. 50 g schneiden, leicht flachklopfen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Dann in derselben Pfanne auf jeder Seite ca. 3 Minuten braten, herausnehmen, auf einen ofenfesten Teller geben und im Ofen warmhalten.

Dann den Speck in der Pfanne knusprig braten und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Tomaten waschen, den Stielansatz ausschneiden und Tomaten in dünne Scheiben schneiden.

Den Camembert in Scheiben schneiden.

Körnigen Frischkäse auf den gerösteten Brotscheiben verteilen und mit den Tomaten belegen.

Die Medaillons aus dem Ofen nehmen und den Ofen auf 200 Grad Oberhitze stellen.

Je 2 Medaillons auf die Brote setzen. Preiselbeeren darauf verteilen und mit Camembert belegen. Die Brote auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben und im vorgeheizten Ofen kurz gratinieren, bis der Käse schmilzt.

Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Die gratinierten Brote mit dem Schnittlauch bestreuen, knusprig gebratenem Speck auflegen und servieren.

Antonina Biebrich am 29. Dezember 2020

Gratinierteres Schweine-Filet mit Tomaten-Käse-Kruste

Für 2 Personen

1 Kohlrabi	75 g gare mehligk. Kartoffeln	50 g Gouda, gerieben
2 Schweinefilet-Medaillons	75 g Crème-fraîche	1 TL Tomatenmark
Salz	Pfeffer	1 TL Pflanzenöl

Den Backofen bei Grillfunktion auf höchster Stufe vorheizen. Kohlrabi schälen, fein würfeln und beiseite stellen. Kartoffel durch die Kartoffelpresse in eine Schüssel drücken und gut mit Tomatenmark und Gouda vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Schweinefilet-Medaillons von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen und in einer ofenfesten Pfanne im heißen Pflanzenöl von beiden Seiten kurz und scharf anbraten. Vom Herd nehmen und die Kartoffelmasse auf das Fleisch streichen.

Die Pfanne mit den Steaks in den vorgeheizten Backofen schieben und die Schweinefilet-Medaillons 3 bis 4 Minuten gratinieren. Parallel zum Braten der Steaks etwas Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen und die Kohlrabiwürfel darin etwa 5 Minuten gar kochen.

Dann abgießen, Crème fraîche einrühren, einmal aufkochen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Rahmkohlrabi auf zwei Teller verteilen, je ein gratiniertes Schweinefilet-Medaillons daneben anrichten und servieren.

Christian Henze am 14. Februar 2020

Grill-Spezialitäten

Für 4 Personen

Für die Spareribs:

1 kg Spareribs	Salz	2 EL Sojasauce
2 EL Honig	1 TL Curry	2 EL Essig
1 EL Fünf-Gewürze-Pulver	1 TL Pfeffer	

Für die Rumpsteaks:

2 TL Pfefferkörner	1 TL Szechuanpfeffer	2 Knoblauchzehen
4 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin	1 TL Paprikapulver
200 ml Olivenöl	4 Rumpsteaks à 150 g	

Für die Hähnchenbrüste:

2 TL scharfer Senf	2 EL Weißweinessig	4 EL Weißwein
4 Hähnchenbrustfilets	Salz	Pfeffer
Öl		

Für den Tomatendip:

2 Schalotten	1 Knoblauchzehe	1 rote Peperoni
2 EL Olivenöl	2 EL Tomatenmark	400 g Pelati-Tomaten
2 EL Balsamico	2 EL Honig	Salz
Pfeffer		

Für den Kräuterdip:

1 Bund glatte Petersilie	1/2 Bund Koriander	1 EL Pinienkerne
15 g Parmesan	1 Knoblauchzehe	Salz
40 ml Olivenöl	60 g Crème-fraîche	

Die Spareribs so zuschneiden, dass möglichst gleichmäßige Stücke entstehen, die man nach dem Kochen in nahezu gleich lange Stücke schneiden kann.

Fleischstücke in einem Topf mit Salzwasser ca. 1 Stunde kochen und im Wasser erkalten lassen. Spareribs herausnehmen, abtrocknen und in grillgerechte Stücke schneiden.

Für die Marinade Sojasauce, Honig, Curry, Essig, Fünf-Gewürze-Pulver und Pfeffer gut vermischen. Spareribs damit einstreichen und über Nacht in der Marinade ziehen lassen.

Kurz vor dem Grillen die Spareribs aus der Marinade nehmen, abtropfen lassen und auf dem Grill langsam von allen Seiten braten.

Für die Rumpsteak-Marinade Pfefferkörner und Szechuanpfeffer in einem Mörser zerstoßen. Knoblauch schälen und fein schneiden. Thymian und Rosmarin abbrausen, trocken schütteln und die Kräuterzweige grob zerkleinern.

Gemörserten Pfeffer mit Knoblauch, Paprikapulver und Kräuterzweigen mit dem Olivenöl in einer flachen Schale zu einer Marinade mischen.

Die Rumpsteaks in der Kräutermarinade 1 Stunde einlegen.

Anschließend das Fleisch aus der Marinade nehmen, überschüssige Marinade gut abtropfen. Steaks auf dem Grill oder in einer Pfanne von beiden Seiten braten.

Für die Hähnchenbrust-Marinade Senf mit Essig und Weißwein verrühren, die Hähnchenbrustfilets damit bestreichen, in eine flache Form oder einen tiefen Teller legen und abgedeckt 5 Stunden kaltstellen.

Die marinierten Hähnchenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen. Grillrost oder Pfanne mit etwas Öl austreichen. Die Filets darin unter Wenden goldbraun und gar grillen.

Für den Tomatendip die Schalotten und Knoblauch schälen und fein schneiden.

Peperoni waschen, der Länge nach halbieren, die Kerne austreichen und die Peperoni fein hacken.

In einem Topf Olivenöl erhitzen. Schalotten, Knoblauch und Peperoni darin anschwitzen.

Tomatenmark zugeben und kurz mit anschwitzen.

Dann die Tomaten zugeben, kurz pürieren und aufkochen.

Balsamico und Honig untermischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Alles ca. 20 Minuten offen leicht köcheln lassen, dabei immer wieder umrühren. Zum Schluss abschmecken. Der Tomatendip schmeckt lauwarm und kalt.

Für den Kräuterdip Petersilie und Koriander abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen.

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Parmesan fein reiben, Knoblauch schälen und grob schneiden.

Kräuterblätter, Pinienkerne, Parmesan, Knoblauch, etwas Salz, Olivenöl und Crème fraîche in einen Mixer geben, fein pürieren und abschmecken.

Sören Anders am 15. Mai 2020

Haxen-Brezen-Knödel mit Apfel-Zwiebeln auf Rahmkraut

Für 4 Personen

Für die Brezel-Haxen-Knödel:

6 Brezeln vom Vortag	400 ml Milch	Salz, Pfeffer, Muskat
100 g gegartes Haxenfleisch	1 Schalotte	Pflanzenöl
4 Eigelb	1 EL gehackte Petersilie	1 EL Speckwürfel
3 Eiweiß		

Für die Apfelessigzwiebeln:

2 weiße Zwiebeln	Pflanzenöl	80 ml milder Apfelessig
1 TL Honig		

Für das Rahmkraut:

700 g Weißkohl	Salz	1 Zwiebel
1 EL Speckwürfel	100 ml Weißwein	50 ml Apfelsaft
100 ml Gemüsefond	100 g Crème-fraîche	2 EL süßer Senf
weißer Pfeffer	Zucker	1 EL gehackte Petersilie

nach Belieben:

1 Stück Wurst darm	3 EL Radieschen	Gartenkresse
--------------------	-----------------	--------------

Die Brezeln in kleine Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. Milch und Gewürze in einem Topf aufkochen. Über die Brezelwürfel gießen und zugedeckt ca. 10 Minuten quellen lassen.

Inzwischen das Haxenfleisch fein würfeln. Schalotte schälen und fein schneiden.

Etwas Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen. Haxenfleisch, Schalotten und Speckwürfel darin unter Wenden anbraten.

Eigelb, Petersilie, Speck, Haxen- und Schalottenwürfel zu den Brezelwürfeln geben. Eiweiß steif schlagen und unterheben. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Tipp: Vorsichtig mit dem Salz würzen, da die Brezeln meist schon mit Salz bestreut wurden.

Die Masse in einen vorbereiteten Wurst darm (ca. 6 cm Durchmesser; beim Metzger erhältlich) füllen oder als Rolle auf ein sauberes, angefeuchtetes Geschirrtuch geben und fest einwickeln.

In siedendem Salzwasser ca. 30 Minuten brühen. Kalt abschrecken und etwas abkühlen lassen.

Für die Essigzwiebeln Zwiebeln schälen, in Ringe schneiden. In etwas Öl in einer Pfanne goldbraun anbraten. Mit Apfelessig ablöschen und einkochen lassen. Honig einrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Weißkohl putzen, waschen, abtropfen lassen und in feine Streifen schneiden. In kochendem Salzwasser kurz blanchieren und gut abtropfen lassen.

Für die Rahmsoße Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Zwiebelwürfel und Speck in einer beschichteten Pfanne leicht anbraten. Mit Weißwein ablöschen. Apfelsaft und Gemüsefond angießen und etwas einkochen.

Crème fraîche und Senf unter den Saucenansatz rühren. Sobald die Soße eine sämige Konsistenz erreicht hat, Kohlstreifen untermischen, kurz köcheln lassen.

Brezel-Haxenknödel auslösen und in Scheiben schneiden. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen, die Knödelscheiben darin anbraten.

Das Rahmkraut abschmecken, die Petersilie unterschwenken und auf vorgewärmte Teller verteilen. Die Knödelscheiben auflegen. Essigzwiebeln auf den Knödeln verteilen. Nach Belieben mit Gartenkresse und Radieschenstreifen garnieren und servieren.

Philipp Stein am 15. Januar 2019

Ibérico-Nacken-Kern, Süßkartoffel-Püree, Pilze

Für zwei Personen

Für das Ibérico-Schwein:

400 g Ibérico Presa	1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian
2 Knoblauchzehen	1 TL Grillgewürzmischung	2 EL Kokosöl
Olivenöl	1 TL Salz flakes	

Für das Süßkartoffelpüree:

500 g Süßkartoffeln	250 ml Kokosmilch	½ getrock. kleine Chilischote
Piment-d'Espelette	Meersalz	

Für das Gemüse:

100 g Kräuterseitlinge	200 g frische Maiskörner	½ Bund Schnittlauch
12 Pimientos de Padrón		

Für die Pistou:

300 ml Kalbsfond	2 Zweige glatte Petersilie	2 Zweige Estragon
2 Zweige Thymian	2 Zweige Basilikum	1 Knoblauchzehe
30 g Butter	Salz	

Für das Ibérico-Schwein:

Backofen auf 80 °C auf Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Das Schwein waschen, trocken tupfen, parieren und von allen Seiten mit dem Grillgewürz würzen. Kokosöl in einer Pfanne erhitzen und darin ringsherum ca. 5 Minuten anbraten. Fleisch in einen Bräter legen und mit Olivenöl beträufeln. Rosmarin und Thymian abbrausen und trockenwedeln. Kräuter um das Fleisch herum legen. Knoblauchzehen abziehen, etwas andrücken und zugeben. Auf der mittleren Schiene im vorgeheizten Backofen garen (Kerntemperatur 56 °C).

Für das Süßkartoffelpüree:

Süßkartoffeln schälen und mit der Kokosmilch mit Chili und etwas Salz bei geschlossenem Deckel weich kochen. Kokosmilch abgießen und Süßkartoffeln im Mixer sehr fein pürieren. Mit Salz und Piment d'Espelette abschmecken.

Für das Gemüse:

Kräuterseitlinge putzen. Butter in einer Pfanne schmelzen und aufschäumen. Kräuterseitlinge darin anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und den geschnittenen Schnittlauch dazugeben. Die Maiskörner und Pimientos ebenfalls in schäumender Butter schwenken und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Pistou:

Für die Pistou die Kräuter abbrausen, trockenwedeln und hacken.

Knoblauch abziehen und fein hacken. Beides mit der Butter vermengen. Kalbsfond erhitzen, einkochen und mit der Kräuterbutter abschmecken. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und einige Minuten ruhen lassen, in Scheiben schneiden und mit dem Gemüse, dem Süßkartoffelpüree und der Sauce Pistou anrichten und servieren.

Cornelia Poletto am 12. Juli 2019

Involtini mit Pancetta und Fenchel-Spitzkohl-Gemüse

Für 4 Personen:

4 dünne Schweineschnitzel	4 dünne Scheiben Pancetta	1 EL Fenchelsamen
1 Msp. Zimt	1/2 TL Kümmel	1/2 TL Korianderkörner
3 EL Olivenöl	2 Fenchelknollen (500 g)	300 g Spitzkohl
2 Zweige Majoran	1 TL Zucker	50 ml trockener Wermut
100 ml Weißwein	200 ml Geflügelfond	Meersalz, Pfeffer

Die Gewürze im Mörser fein zerstoßen. Den Pancetta in Streifen schneiden und in einer Pfanne in 1 EL Öl andünsten. Gut die Hälfte der Gewürzmischung zugeben, kurz mit anbraten. Die Mischung herausnehmen und etwas abkühlen lassen.

Den Fenchel putzen (das Grün bis zum Anrichten auf dem Teller aufbewahren), waschen und quer in dünne Scheiben schneiden. Den Spitzkohl putzen, waschen, abtropfen lassen. Blätter in Streifen oder Rauten schneiden, dabei die dicken Blattrippen entfernen.

Die Schweineschnitzel trockentupfen, jeweils zwischen zwei aufgeschnittene Gefrierbeutel legen und etwas dünner klopfen. Das Fleisch auf beiden Seiten salzen und pfeffern. Die Pancetta-Gewürz-Mischung darauf verteilen, dabei ringsherum einen Rand freilassen. Die Majoranblättchen abzupfen und ebenfalls auf den Schnitzeln verteilen.

Schnitzel seitlich etwas über der Füllung einschlagen, aufrollen und zum Beispiel mit Rouladen-nadeln verschließen.

Restliches Öl in einem Schmortopf erhitzen und die Rouladen (Involtini) darin von allen Seiten anbraten. Den Fenchel zufügen. Mit der restlichen Gewürzmischung und dem Zucker bestreuen und einige Minuten andünsten. Den Spitzkohl unterheben, kurz mit andünsten. Das Gemüse mit Salz und Pfeffer würzen. Den Noilly Prat und den Wein dazu gießen und bei starker Hitze fast vollständig einkochen lassen. Den Fond angießen und aufkochen. Zugedeckt bei kleiner Hitze etwa 15 Minuten garen. Das Gemüse abschmecken.

Die Involtini diagonal halbieren, mit dem Gemüse anrichten und mit dem Fenchelgrün garnieren. Dazu passt Weißbrot oder knusprig gebratene Kartoffeln.

Cornelia Poletto am 26. Januar 2020

Involtini vom Iberico mit Bohnen-Ragout und Birne

Für 4 Personen:

Für die Involtini:

600 g Ibericofilet	4 Schalotten	2 Knoblauchzehen
20 g Butter	6 Zweige Thymian	1 El groben Dijonsenf
Pfeffer	Meersalz	12 Scheiben Tiroler Speck
Butterschmalz		

Für das Bohnenragout:

1 Dose Cannellinibohnen	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
20 g Butter	150 ml Kalbsfond	1 El Arganöl
400 g gemischte Bohnen	4 Scheiben Lardo	1 Schalotte
1 Knoblauchzehe	1 kleine Williamsbirne	100 ml Kalbsjus
2 Zweige Bohnenkraut	Maldon salt flakes	Pfeffer
2 Salbei-Zweige	2 Thymian-Zweige	2 Rosmarin-Zweige
2 Petersilienzweige	Olivenöl	

Den Backofen auf 160°C vorheizen. Das Ibericofilet in 4 Medaillons schneiden und zwischen zwei Folien plattieren. Die Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen, die Schalotten und Knoblauchwürfel dazugeben und ca. 3 Minuten anschwitzen. Mit Salz, Pfeffer, Senf und Thymianblättchen abschmecken. Das Iberico leicht salzen und pfeffern, die Schalottenfüllung gleichmäßig darauf verteilen und zu Involtini aufrollen. Je 3 Speckscheiben nebeneinanderlegen und die Involtini einzeln darin einwickeln. Die überstehenden Enden abschneiden.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Involtini mit den restlichen Thymianzweigen darin von allen Seiten anbraten.

Im Ofen bei 160°C, ca. 5-10 Minuten fertig garen. Dann herausnehmen und ca. 5 Minuten ruhen lassen.

Schalotte und Knoblauch schälen und fein würfeln. Die Cannellinibohnen in einem Sieb abgießen und mit Wasser abrausen. Abtropfen lassen. Die Butter in einem Topf aufschäumen lassen, die Schalotten- Knoblauchmischung darin anschwitzen. Die Cannellinibohnen dazugeben, kurz aufkochen und mit etwas Kalbsfond angiessen. Alles im Mixer fein pürieren und mit Salz, Pfeffer und Arganöl abschmecken. Warm halten.

Die Bohnen putzen und in Salzwasser blanchieren, danach in Eiswasser abschrecken. In mundgerechte Stücke schneiden. Die Birne waschen, entkernen und in Würfel oder Spalten schneiden. Die Lardowürfel in einer Pfanne oder einem Wok auslassen. Die Schalotten und Knoblauchwürfel dazu geben und anschwitzen. Die blanchierten Bohnen und Birnenwürfel zugeben und erhitzen. Mit Kalbsjus, geschnittenem Bohnenkraut, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kräuterblättchen von den Zweigen zupfen und in Olivenöl ausbacken.

Fertigstellung:

In 4 vorgewärmten tiefen Tellern Bohnenpüree, Ragout und Sud geben.

Die Involtini schräg aufschneiden, leicht salzen und pfeffern und daraufsetzen. Mit den frittierten Kräutern dekorieren und sofort servieren.

Cornelia Poletto am 24. Februar 2020

Jägerkotelett mit Bete-Birnen-Salat

Für 4 Personen

Kotelett:

2 Koteletts	4 Zweige Thymian	1 Zweig Rosmarin
4 Blätter Salbei	2 Zehen Knoblauch	1 EL Butterschmalz
3 EL Olivenöl	8 Kirschtomaten	Salz, Pfeffer

Pilze:

600 g Pilze	Butterschmalz	2 EL Olivenöl
2 Schalotten	Salz, Pfeffer	1 EL Petersilie
0.5 Zitrone		

Bete-Birnensalat:

1 Rote Bete	1 Ringelbete	1 Birne
3 EL Olivenöl	0.5 Zitrone	1 EL Apfel-Balsamessig
Salz, Zucker		

Butterschmalz und Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Koteletts hineingeben und von beiden Seiten goldbraun anbraten.

Die Hitze um die Hälfte reduzieren, dann die Kräuter und die angedrückten Knoblauchzehen hinzufügen und das Fleisch beidseitig pfeffern. Die Koteletts etwa 8-10 Minuten braten, bis sie eine Innentemperatur von 70 Grad haben. Sie sollten im Kern noch schön saftig sein.

Pilze:

Die Pilze (z.B. Kräuterseitlinge, Champignons, Shiitake) säubern und in Scheiben schneiden. Olivenöl und Butterschmalz in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Pilze anbraten, dabei salzen und pfeffern. Die Schalotten schälen, in feine Streifen schneiden und kurz vor Garende zu den Pilzen geben. Die Pilzpfanne mit etwas geriebener Zitronenschale, Zitronensaft und Petersilie abschmecken.

Bete-Birnensalat:

Die Beteknollen schälen und in sehr feine Scheiben hobeln. Die Birne halbieren, entkernen und mit Schale ebenfalls fein hobeln. Aus Zitronensaft, Olivenöl, Salz und Zucker eine Vinaigrette rühren. Wer mag, gibt noch etwas milden Birnen- oder Apfel-Balsamessig dazu. Alles - am besten mit den Händen - gründlich vermengen und dabei etwas andrücken.

Anrichten:

Die Koteletts mit den Pilzen und der Bete auf eine große Platte geben und auf den Tisch stellen. Das Fleisch vom Kotelett auslösen und in Scheiben schneiden.

Rainer Sass am 08. November 2019

Jägerschnitzel

Für 4 Personen

Für die Nudeln:

200 g Hartweizenmehl 3 Eigelb 1 EL Olivenöl
Salz

Für die Pilzsauce:

1 Zwiebel 500 g gemischte Speisepilze 2 Zweige Thymian
1 Bund glatte Petersilie 2 EL Butter Salz
Pfeffer 1 TL Tomatenmark 150 ml Fleischbrühe
150 ml Rotwein 50 g Crème fraîche

Für die Schnitzel:

4 Schweinehals-Schnitzel Pfeffer, Salz 2 EL Butterschmalz

Für den Nudelteig das Mehl auf ein Nudelbrett häufen und in der Mitte eine Vertiefung eindrücken. Eigelbe, Olivenöl und eine Prise Salz dazu geben und alles nach und nach zu einem glatten, geschmeidig-festen Teig kneten. Sollte der Teig zu trocken sein, noch 1-2 EL Wasser unterkneten. Nudelteig zu einer Kugel formen, zugedeckt 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

In der Zwischenzeit die Zwiebel schälen und fein schneiden.

Die Pilze putzen und in Scheiben schneiden. Thymian abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden.

Den Nudelteig mit einem Nudelholz oder einer Nudelmaschine dünn auswellen und zu Bandnudeln schneiden.

In einem großen Topf reichlich Wasser zum Garen der Nudeln zugedeckt aufkochen.

In der Zwischenzeit in einer Pfanne etwas Butter erhitzen und die Hälfte der fein geschnittenen Zwiebel darin anschwitzen, die Pilze zugeben und anbraten. Mit Pfeffer und Salz würzen und Thymian zugeben. Pilze aus der Pfanne nehmen, die Pfanne kurz zur Seite stellen.

Das Fleisch kalt abbrausen, gründlich trocken tupfen. Die Schnitzel gleichmäßig plattieren und mit Pfeffer und Salz würzen.

In einer weiteren Pfanne mit Butterschmalz bei mittlerer Hitze die Schnitzel von beiden Seiten je 3 Minuten braten. Anschließend warm stellen.

In der zur Seite gestellten Pfanne die restlichen Zwiebelwürfel mit restlicher Butter anschwitzen, das Tomatenmark zugeben und kurz anrösten. Dann mit Fleischbrühe und Wein ablöschen und die Flüssigkeit um etwa die Hälfte einkochen.

Sobald das Wasser für die Nudeln kocht, Salz zugeben und die Nudeln darin ca. 4 Minuten kochen.

Den aus den Schnitzeln ausgetretenen Fond zum Saucenansatz geben. Crème fraîche und die Pilze dazugeben und einmal aufkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Petersilie untermischen.

Die Schnitzel zugeben und in der Sauce erwärmen und kurz ziehen lassen.

Die Nudeln abgießen und gut abtropfen lassen.

Die Schnitzel anrichten, zur Hälfte mit Pilzen bedecken, mit der Sauce umgießen. Dazu die Nudeln servieren.

Andreas Schweiger am 23. April 2020

Kümmel-Rosmarin-Braten mit Schwarzwurzel-Grünkohl-Salat

Für 4 bis 6 Personen

Für den Braten:

2 Zwiebeln	250 g festk. Kartoffeln	1 TL Öl
$\frac{1}{2}$ l Hühnerbrühe	1,2 kg Schweinebauch	2 halbierte Knoblauchzehen
1 Zweig Rosmarin	1 EL Petersilienblätter	1 EL Kerbelblätter
Salz		

Für den Salat:

1 TL ganzer Kümmel	1 TL Fenchelsamen	1-2 TL Puderzucker
3 Grünkohlblätter	Salz	750 g Schwarzwurzeln
2 EL Zitronensaft	$\frac{1}{4}$ l Gemüsebrühe	2-3 EL Weißweinessig
mildes Chilisalز	Zucker	2 EL mildes Olivenöl
1 Msp. Zitronen-Abrieb	Muskatnuss	

Für den Braten den Ofen auf 130°C vorheizen. Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden. Kartoffeln schälen und halbieren. Zwiebeln in einem Bräter im Öl anbraten, Kartoffeln und Brühe dazugeben. Schweinebauch auf der Schwarte direkt auf den Bräterboden setzen. Im Ofen auf der mittleren Schiene etwa 1 $\frac{1}{2}$ Stunden garen. Dann aus dem Ofen nehmen, Schweinebauch aus dem Bräter nehmen und die Ofentemperatur auf 160°C erhöhen. Die Schwarte mit einem scharfen Messer im Abstand von etwa 1 cm streifenförmig einritzen, sodass entlang der Schnitte später die Scheiben geschnitten werden können.

Das Zwiebel-Kartoffel-Gemüse durch ein Sieb gießen und die Brühe auffangen. Gemüse in einer Pfanne mit Knoblauch und Rosmarin würzen, Petersilie und Kerbel dazugeben.

Schweinebauch mit der Schwarte nach oben wieder in den Bräter setzen, die aufgefangene Brühe dazugeben und den Braten im Ofen auf der mittleren Schiene noch etwa 1 Stunde garen. Anschließend aus dem Bräter nehmen und auf ein Backblech setzen. Die Ofentemperatur auf 220°C Oberhitze erhöhen. Die Schwarte mit Salz würzen und den Braten im Ofen auf der untersten Schiene noch 20 bis 30 Minuten knusprig braten.

Währenddessen Kümmel und Fenchel in einer Pfanne bei milder Hitze erwärmen, etwas Puderzucker darüberstäuben und unter Rühren schmelzen. Noch weitere zwei- bis dreimal Puderzucker daraufstäuben und jedes Mal schmelzen. Die Mischung aus der Pfanne nehmen, abkühlen lassen und nach Belieben im Mörser zerreiben.

Die Grünkohlblätter waschen und trocken tupfen, harte Blattrippen entfernen. Die Grünkohlblätter in Salzwasser 4 bis 5 Minuten blanchieren, in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Schwarzwurzeln gründlich bürsten, schälen (dabei am besten Einweghandschuhe tragen!) und sofort in eine Schüssel mit Zitronenwasser legen.

Dann schräg in etwa $\frac{1}{2}$ cm dünne Scheiben schneiden und mit der Brühe in einen kleinen Topf geben. Mit einem passenden Stück Backpapier bedecken und knapp unter dem Siedepunkt 6 bis 8 Minuten bissfest dünsten. In einer Salatschüssel mit Essig, Chilisalز und 1 Prise Zucker mischen und mit Olivenöl verrühren. Den Grünkohl untermischen und alles mit Zitronenschale und Muskatnuss würzen.

Zum Servieren den Braten in Scheiben schneiden und mit dem Gemüse auf vorgewärmten Tellern anrichten. Mit dem karamellisierten Kümmel-Fenchel-Mix bestreuen und den Salat dazu reichen.

Alfons Schuhbeck am 14. September 2020

Kartoffel-Küchlein mit Schweinebauch und Radieschen

Für 4 Personen

Für den Schweinebauch:

1 kg Schweinebauch mit Schwarte	Salz	Pfeffer
2 EL Senf	1 EL Kümmel	4 EL Rapsöl
5 Stiele Thymian	1 Bund Suppengemüse	2 Knoblauchzehen
2 Zwiebeln	1 l Fleischbrühe	1 TL Speisestärke
1 EL Balsam-Essig		

Für die Kartoffelküchlein:

500 g vorw. festk. Kartoffeln	4 Blätter Bärlauch	2 Eiweiß
Meersalz	3 EL Rapsöl	

Für die Radieschen:

4 längliche Radieschen	4 Radieschen	1 EL Zucker
20 g Butter	Meersalz	

Den Backofen auf 150 Grad Ober und Unterhitze vorheizen. Das Fleisch kalt waschen, gründlich trocken tupfen. Die Schwarte mit einem scharfen, stabilen Küchenmesser rautenförmig einschneiden.

Fleischseite des Bratens mit Salz und Pfeffer würzen, Senf aufstreichen und mit etwas Kümmel bestreuen.

Etwas Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Die Fleischseiten des Bratens darin anbraten. Den Braten auf das tiefe Backblech des Backofens (Fettpfanne) setzen.

Die Schwarte mit etwas Salz einreiben.

Thymian abbrausen, trocken schütteln. Das Suppengemüse putzen, waschen, abtropfen lassen und in Würfel schneiden. Knoblauch und Zwiebeln abziehen und in etwa 1 cm große Würfel schneiden. Im Bratfett der Pfanne kurz anbraten, Suppengemüse zugeben und kurz mitbraten. Die Gemüsemischung und 4 Stiele Thymian um den Braten verteilen.

Fleischbrühe angießen.

Das Blech in den heißen Backofen schieben. Den Braten ca. 3,5 Stunden garen. Etwa $\frac{1}{2}$ Stunde vor Ende der Bratzeit für die Kartoffelküchlein die Kartoffeln waschen, schälen, fein reiben und in einem Küchentuch die Flüssigkeit ausdrücken.

Den Bärlauch waschen, trocken tupfen und in feine Streifen schneiden.

Das Eiweiß mit etwas Meersalz zu einem steifen Schnee schlagen.

Den Bärlauch unter die Kartoffeln mischen und Eiweiß unterheben.

Das Öl in einer Pfanne erhitzen und mit einem Esslöffel kleine Kleckse von der Kartoffelmasse hineingeben. Jeweils etwas flach drücken und auf jeder Seite etwa 1 Minute goldbraun braten. Fall nötig, zum Schluss noch einen Deckel auflegen und die Küchlein eine weitere Minute garen. Fleisch aus dem Ofen nehmen. Den Backofen auf mittlere Grillfunktion oder Oberhitze (200 Grad) schalten.

Übrigen Thymian fein hacken. Den Bratenfond vom Blech durch ein Sieb in einen Topf passieren. Nach Belieben mit in etwas kaltem Wasser angerührter Stärke binden. Die Sauce mit Balsamicoessig und Thymian abschmecken.

Den Krustenbraten im Backofen unter dem heißen Grill 10-15 Minuten knusprig rösten und dabei die Schwarte aufknuspern lassen. Zwischendurch die Schwarte mit kaltem Salzwasser bestreichen, das macht sie schön knusprig und würzig. Achtung, dabei Braten beobachten, da die Schwarte leicht verbrennt! Radieschen und Eiszapfen putzen, waschen und längs vierteln.

Den Zucker in einer Pfanne goldbraun karamellisieren.

Die Butter, Radieschen und Eiszapfen dazugeben und alles etwa 1 Minute schwenken.

Zum Anrichten den Schweinebauch in Scheiben schneiden und mit den Radieschen anrichten. Kartoffelkühlein dazulegen, Sauce dazu reichen.

Andreas Schweiger am 19. März 2020

Konfierter Schweine-Nacken mit Pommes

Für 4 Personen

Schweinenacken:

1 kg Schweinenacken	1,5-1,8 kg Schweineschmalz	2 Zweige Rosmarin
10 frische Lorbeerblätter	1 Stange Zimt	1 Kapsel Sternanis
2 TL Pfefferkörner	Salz	4 Rosinenbrötchen

Krautsalat:

800 g Spitzkohl	Salz und Pfeffer	Zucker
6 EL weißer Balsamico-Essig	4 EL Olivenöl	2 Äpfel

Den Schweinenacken 2 Stunden vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen. Schmalz bei mittlerer Hitze in einem hohen Topf schmelzen und erhitzen. Rosmarin, Lorbeer, Zimt und Sternanis dazugeben.

Pfeffer im Mörser grob zerstoßen. Fleisch trocken tupfen, rundum mit dem Pfeffer und Salz würzen und einmassieren. Fleisch ins heiße Schmalz geben, sodass das Fleisch von Schmalz bedeckt ist.

Den Topf auf den Rost ins untere Ofendrittel stellen und das Fleisch bei 130 Grad (Umluft nicht empfehlenswert) $2\frac{1}{2}$ -3 Stunden zugedeckt garen, bis es weich ist. Im ausgeschalteten Ofen 30 Minuten abkühlen lassen.

Das Fleisch aus dem Schmalz nehmen, abtropfen und lauwarm abkühlen lassen. Anschließend in Stücke zupfen.

Die Brötchen waagrecht aufschneiden, mit Krautsalat und Fleisch belegen und mit etwas Barbecue-Soße beträufeln. Mit Pommes frites servieren.

Krautsalat:

Spitzkohl putzen, vierteln und den Strunk keilförmig herausschneiden.

Kohl in sehr feine Streifen schneiden. In einer Schüssel mit 2 TL Salz, etwas Zucker und Pfeffer bestreuen und mit den Händen gut durchkneten. Essig und Öl dazugeben. Äpfel um das Kerngehäuse herum raspeln und unter den Kohl mischen.

Tim Mälzer am 04. Mai 2019

Kräuter-Mutzbraten mit Bier, Bier-Zwiebeln mit Kümmel

Zutaten: Für 4 Personen

1 kg Schweinekamm

Marinade:

1 TL Salz	1 EL Rosmarin frisch	2 EL scharfer Senf
3 Knoblauchzehen, gepresst	2 EL geschroteter Pfeffer	$\frac{1}{2}$ Fl. Schwarzbier
0,5 l Brühe	1 Zweig Rosmarin	800 g Pastinaken
200 g Sellerie	1 EL Butter	Salz, Pfeffer
$\frac{1}{2}$ TL Zucker	2 Msp Safran	

Bierzwiebeln:

300 g Schalotten	1 $\frac{1}{2}$ EL Butter	1 EL Puderzucker
1 Fl. dunkles Bier	3 EL Balsamicoessig	1 EL Honig
$\frac{1}{4}$ TL Kümmel, gehackt	$\frac{1}{4}$ TL Paprikapulver edelsüß	Majoran, gerebelt

Den Schweinekamm in große Würfel schneiden (jeweils ca. 200 g). Für die Marinade alle Zutaten aufrühren und das Fleisch damit einreiben. Die Fleischstücke samt Marinade in eine Schüssel geben, abdecken und für ca. 12 Stunden im Kühlschrank marinieren lassen.

Den Backofen auf 175 °C vorheizen. Die Fleischwürfel auf einen Bratenrost legen und zusammen mit einem tiefen Backblech in den Ofen schieben.

In die Auffangform die Brühe und den Rosmarin geben. Den Mutzbraten ca. 2 Stunden garen.

Die Hälfte der Pastinaken und Sellerie schälen und würfeln.

Pastinaken, Sellerie, Brühe und Sahne zusammen aufkochen und ca. 40 Minuten leise köcheln lassen. Das Gemüse fein pürieren und abschmecken.

Die andere Hälfte Pastinaken schälen, in Würfel schneiden und mit Wasser (eben bedeckt) im offenen Topf bissfest garen. Zum Schluss, wenn das Wasser fast verdampft ist, Gewürze und Butter zugeben und die Pastinaken durchschwenken.

Bierzwiebeln:

Die Schalotten schälen und vierteln. In einem Topf die Schalotten in der Butter anschwitzen, den Zucker hinzugeben und karamellisieren lassen. Bier, Balsamico und Gewürze zugeben und das ganze ca. 1 Stunde bei geringer Hitze schmoren lassen.

Christian Henze am 15. Februar 2019

Krusten-Braten mit Kopfsalat-Pesto

Für 4-6 Personen

Für den Krustenbraten:

1,2 kg Schweinebauch ca. 300 g Salz

Für das Kopfsalatpesto:

80 g Kopfsalatblätter	1 EL Mandelblättchen	1 Bund Petersilie
Salz	$\frac{1}{2}$ geriebene Knoblauchzehe	1 Msp. geriebener Ingwer
1 EL geriebener Parmesan	40 ml Gemüsebrühe	40 ml mildes Olivenöl
40 ml Rapsöl	mildes Chilisalz	

Für den Krautsalat:

1 Kopf jungen Weißkohl	1 TL Salz	1 TL Zucker
5 Radieschen	1 Karotte	2 EL Weißweinessig
2 EL mildes Öl	1 EL Petersilienblätter	mildes Chilisalz
$\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{2}$ TL gemahlener Kümmel		

Für den Krustenbraten den Backofen auf 180 °C vorheizen. Den Schweinebauch mit der Schwarte nach oben auf ein Backblech legen. Die Schwarte $\frac{1}{2}$ bis 1 cm hoch mit Salz bedecken und im Ofen im unteren Drittel 2 Stunden braten.

Dann die Temperatur auf 230 °C Umluftgrill schalten (oder den Oberhitze grill auf mittlerer Stufe dazuschalten). Das Salz entfernen und den Braten unter dem Backofengrill im unteren Drittel 10 bis 15 Minuten kross braten. Herausnehmen und warm halten.

Währenddessen für das Kopfsalatpesto die Salatblätter waschen und trocken tupfen. Die Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten, herausnehmen und abkühlen lassen. Die Petersilie waschen und trocken tupfen. Die Blätter abzupfen und in kochendem Salzwasser 2 Minuten blanchieren, in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und mit den Händen gut ausdrücken. Salatblätter, Petersilie, Knoblauch, Ingwer, Parmesan, Mandelblättchen, Brühe, Olivenöl und Öl in einem hohen Rührbecher mit dem Stabmixer oder im Blitzhacker grobkörnig pürieren. Das Pesto mit Chilisalz abschmecken.

Für den Krautsalat vom Weißkohl die äußeren Blätter entfernen, den Kohl vierteln, in feine Streifen hobeln oder schneiden, dabei den harten Strunk entfernen. Den Kohl in einer Schüssel mit Salz und Zucker locker mischen und 10 bis 15 Minuten ziehen lassen.

Inzwischen die Radieschen putzen, waschen und in Scheiben hobeln.

Die Karotte putzen, schälen und ebenfalls in Scheiben hobeln.

Radieschen, Karotte, Essig und Öl unter das Kraut mischen, die Petersilie unterheben und den Salat mit Chilisalz und Kümmel würzen.

Alles 10 bis 15 Minuten ziehen lassen, dann nochmals abschmecken.

Zum Servieren den Krustenbraten in Scheiben schneiden und auf vorgewärmten Tellern anrichten. Den Krautsalat danebensetzen und das Pesto darum herumträufeln oder in kleinen Schälchen dazu reichen.

Alfons Schuhbeck am 28. Januar 2020

Krustenbraten mit dunkler Biersoße

Für 4 Personen

2 kg Schweinebraten	Kalbsknochen	1 Suppenbund
2 Zwiebeln	1 junge Knolle Knoblauch	1 l dunkles Bier
500 ml Brühe	2 EL Kümmel	2 EL Tomatenmark
2 EL Butter	2 EL Akazienhonig	2 EL Butterschmalz
100 g Butter	2 Zweige Majoran	3 EL schwarze Pfefferkörner

Den Ofen auf 200 Grad vorheizen.

Die Schwarte des Bratens (aus artgerechter Haltung) mit einem scharfen Messer oder einer Ta-pezierklinge rautenförmig einritzen. Kümmel, Pfeffer und Salz in einen Mörser geben und eine feine Gewürzmischung herstellen. Damit den Braten rundherum kräftig einreiben. Nach Größe des Braten und Geschmack kann man auch etwas mehr Gewürzmischung herstellen und zum Braten geben.

Gemüse, Zwiebeln und Knoblauch in große Stücke schneiden. Das Gemüse mit ein paar Knochen in eine Bratenform (oder auf ein Backblech) geben. Einige Kleckse Tomatenmark darauf ver-teilen. vom Bier und etwas Brühe oder Wasser hinzufügen. Den Braten mit der Schwarte nach oben auf das Gemüse und die Knochen setzen. Er sollte etwa 1-2 cm in der Flüssigkeit liegen. 1 Stunde im Ofen schmoren. Danach die Temperatur auf 160 Grad reduzieren und den Braten 1 weitere Stunde garen. Immer wieder etwas Bier, Brühe oder Wasser hinzufügen.

Kurz vor dem Ende der Garzeit den Schweinebraten mit Butter und Honig bepinseln und mit einigen Kümmelsamen bestreuen. Den Grill anschalten und den Braten schön knusprig werden lassen. Der Honig kann aber leicht verbrennen und die Kruste zu dunkel werden. Deshalb am Backofen bleiben und die Farbe des Bratens beaufsichtigen.

Den Braten vom Blech nehmen und warm stellen. Den Soßenansatz durch ein feines Sieb gießen und das Gemüse auffangen.

Die Soße in einen Topf geben und etwas einkochen. Mit Salz, Pfeffer und Butter abschmecken. Nach Bedarf mit Mehlbutter binden. Dafür weiche Butter mit der gleichen Menge Mehl verkne-ten.

Nach und nach zur Soße geben, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

Majoranblätter von den Stängeln zupfen und auf den Schweinebraten streuen. Das Fleisch in Scheiben schneiden und mit Beilagen nach Geschmack servieren.

Rainer Sass am 22. November 2020

Krustenbraten vom Schwein

Für 6 Personen

1,5 kg Schweineschulter	4 Schalotten	Salz schwarzer Pfeffer
3 EL Sonnenblumenöl	700 ml Dunkelbier	300 ml Fleischbrühe
1 TL Thymianblattchen	20 g eiskalte Butterwürfel	

Den Backofen rechtzeitig auf 160 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.

Etwas heißes Wasser in einen Bräter gießen, sodass dieser 12 cm hoch gefüllt ist. Die Schweineschulter mit der Schwarte nach unten in den Bräter legen und für 25 Minuten in den Backofen schieben.

Währenddessen die Schalotten schälen und grob würfeln.

3 Das Fleisch herausnehmen und trocken tupfen. Das Wasser aus dem Bräter gießen. Die Schwarte vorsichtig mit einem sehr scharfen Messer oder einem Teppichmesser rautenförmig einritzen, sodass ein Gitter entsteht. Dabei darauf achten, dass nur die Schwarte und die Fettschicht eingeritzt und das Fleisch nicht verletzt wird.

Anschließend das Fleisch rundherum kräftig mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer einreiben. Das Fleisch beiseite stellen.

Das Sonnenblumenöl in dem Bräter erhitzen. Das Fleisch darin von allen Seiten einige Minuten anbraten. Die Schalotten zugeben und goldgelb rösten. Das Fleisch aus dem Bräter nehmen. Den Bratensatz mit dem Dunkelbier ablösen. Die Fleischbrühe angießen und die Flüssigkeit aufkochen. Das Fleisch anschließend mit der eingeritzten Schwarte nach oben in den Bräter setzen. Den Schweinebraten im offenen Bräter im auf 160 °C vorgeheizten Backofen weitere 90 Minuten garen. Das Fleisch dann aus dem Bräter nehmen.

Die Sauce durch ein feines Sieb in einen Topf gießen. Das Fleisch mit der Schwarte nach oben zurück in den Bräter setzen und an einem warmen Ort zugedeckt ruhen lassen. Die Backofentemperatur auf 250 °C (Grillfunktion) erhöhen.

Die Sauce aufkochen. Den Thymian zugeben, aufkochen und je nach Geschmack etwas einkochen.

Sobald die Backofentemperatur 250 °C erreicht hat, den Bräter in den Backofen schieben und den Schweinebraten grillen, bis die Schwarte knusprig aufpufft.

Vorsicht: Die Schwarte verbrennt schnell, ihr müsst sie ständig beobachten.

Den knusprigen Schweinebraten aus dem Backofen nehmen und auf einem Schneidebrett mindestens 5 Minuten ruhen lassen, damit sich der Fleischsaft verteilt.

Die Schweinebratensauce mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken. Zum Schluss die eiskalten Butterwürfel zugeben und mit einem Schneebesen unterrühren, bis die Sauce leicht gebunden ist. (Das nennt man montieren.)

Christian Henze am 27. März 2020

Lackiertes Schweine-Kotelett mit Sesam-Möhren

Für 4 Personen:

Für das Fleisch:

4 Schweine-Koteletts (à 300 g)	Salz	1 Knoblauchzehe
0,5 Bio-Zitrone	1 Stück Ingwer (3 cm)	0,5 kleine rote Chilischote
4 EL Sojasauce	2 EL Honig	1 EL Pflanzenöl
1 Bund frischer Koriander		

Für die Möhren:

800 g Möhren	3 EL Olivenöl	Salz
100 ml Apfelsaft	0,5 kleine rote Chilischote	1 Stück frischer Ingwer (2 cm)
1 Zitrone	1 EL Honig	2 TL geröstete Sesamsamen

Den Backofen auf 80 Grad Umluft (100 Grad Ober-/Unterhitze) vorheizen.

Für das Fleisch die Koteletts kalt abbrausen, gründlich trocken tupfen und mit etwas Salz leicht würzen.

Das Fleisch auf das Gitterrost des Backofens verteilen und auf der mittleren Schiene in den heißen Backofen schieben. Ein Backblech mit etwas Abstand dazu darunter einschieben.

Das Fleisch im vorgeheizten Ofen je nach Dicke 10-15 Minuten garen.

Inzwischen für die Marinade den Knoblauch schälen und fein würfeln.

Zitrone heiß waschen, trockenreiben und die Schale fein abreiben.

Zitrone auspressen.

Ingwer schälen und sehr fein würfeln.

Chilischote putzen, abbrausen, abtropfen lassen, die Kerne entfernen und Chili fein hacken.

Knoblauch, Sojasauce, Honig, Zitronenschale und -saft, Ingwer und Chili zu einer Marinade verrühren.

Die Möhren putzen, schälen und in lange Stifte schneiden.

Das Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen.

Die Möhrenstifte darin bei mittlerer bis starker Hitze kurz anbraten. Mit Salz würzen und mit Apfelsaft ablöschen.

Bei schwacher Hitze weitere 3-4 Minuten köcheln lassen.

Inzwischen Chilischote putzen, abbrausen, abtropfen lassen, die Kerne entfernen und Chili fein hacken.

Ingwer schälen und sehr fein würfeln.

Von der Zitrone den auspressen.

Dann den Honig unter die Möhren schwenken. Mit Chili, Sesam, Ingwer (nach Belieben), Zitronensaft und Salz würzen.

Alles einkochen, bis die Flüssigkeit nahezu eingekocht ist und die Möhren schön glänzen.

Währenddessen die Koteletts aus dem Ofen nehmen.

Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen.

Das Fleisch darin auf jeder Seite etwa 5 Minuten scharf nachbraten, dabei mit der Sojamischung mehrmals glasieren. Die Sojasauce darf dabei nicht verbrennen, sonst schmeckt sie bitter.

Das Fleisch sofort aus der Pfanne nehmen und mit der übrigen Marinade beträufeln.

Koriander abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen.

Koteletts und Sesammöhren auf vorgewärmten Tellern anrichten. Mit Koriander bestreut servieren.

Tarik Rose am 23. Oktober 2020

Möhren und Rote Beten mit Schweine-Koteletts

Für 4 Personen

750 g Möhren	750 g Rote Bete	1 Knoblauchknolle
1 Zitrone	1 Orange	4 dicke Schweinekoteletts
8 frische Salbeiblätter	frischer Thymian	frischer Rosmarin
5 EL Balsamico-Essig	natives Olivenöl extra	Meersalz
Pfeffer		

Den Backofen auf 220°C vorheizen.

Die Möhren schälen und mit der Roten Beten separat in 2 Töpfen mit Salzwasser 15 - 20 Minuten garen, abgießen und in 2 Schüsseln füllen.

Die Roten Beten schälen, halbieren oder vierteln. Größere Möhren ebenfalls halbieren oder vierteln.

Die Knoblauchknolle halbieren. Die eine Hälfte ganz lassen, von der anderen Hälfte die Knoblauchzehen zerdrücken und mit den Möhren und einem Schuss Olivenöl vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Orangensaft und abgezupfte Thymianblätter zufügen und untermischen.

Die Roten Beten mit den Knoblauchzehen, den abgezupften Rosmarinblättern, dem Balsamico-Essig, Salz und Pfeffer vermengen. Das Gemüse separat in 2 ofenfeste Formen oder zusammen in eine große Bratenpfanne geben. Auf mittlerer Schiene im Backofen ca. 30 Minuten braten, bis das Gemüse goldbraun ist.

Den Fettrand der Koteletts mehrfach einschneiden. Auf jede Kotelettseite 1 Salbeiblatt festdrücken und das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen.

Wenn das Gemüse im Backofen langsam Farbe nimmt, eine große ofenfeste Bratpfanne oder einen kleinen Bräter erhitzen. Einen Schuss Olivenöl hineingeben und die Koteletts darin von einer Seite kräftig anbraten.

Dann das Fleisch wenden und die Pfanne für weitere 10 Minuten in den Backofen schieben.

Das Bratfett bis auf einen kleinen Rest weggießen. 1 EL Zitronensaft in die Pfanne pressen. Den würzigen Bratensatz losrühren und über die Koteletts gießen. Das Gemüse aus dem Ofen dazu servieren.

Jamie Oliver am 30. Dezember 2019

Marinierte Minuten-Steaks mit Gemüse-Salat

Für 4 Personen:

Für die Minutensteaks:

4 dünne Minutensteaks vom Schwein	2 Knoblauchzehen	2 Zwiebeln, rot
1 Chilischote	1 Stiel Rosmarin	1 Stiel Thymian
1 Zitrone (Saft, Abrieb)	100 ml Olivenöl	

Für den Gemüsesalat:

2 Zucchini, klein	200 g Champignons, braun	2 Möhren, dünn
2 Paprikaschoten, gelb, rot	2 Lauchzwiebeln	100 ml Olivenöl
2 Stiele Estragon	2 EL Balsamessig	Salz, Pfeffer
2 TL Senf, mittelscharf	2 TL Honig	50 g Parmesan

Minutensteaks abbrausen und trockentupfen, abdecken und beiseitestellen.

Knoblauch und Zwiebeln abziehen und fein würfeln.

Chilischote halbieren, entkernen und ebenfalls fein schneiden.

Rosmarin und Thymiannadeln bzw. -blättchen abzupfen und fein hacken.

Zitronensaft und Schale, vorbereitete Zutaten, Salz, Pfeffer und Olivenöl mischen.

Die Steaks einlegen, abdecken und ca. 1 Stunde marinieren Inzwischen Zucchini, Pilze, Möhren, Paprika, Lauchzwiebeln und Tomaten putzen bzw. schälen, abbrausen und klein schneiden.

Jeweils 1 EL Olivenöl in einer Grillpfanne erhitzen. Das Gemüse darin nacheinander ca. 2-3 Minuten braten. herausheben und lauwarm abkühlen lassen.

Estragonblättchen abzupfen und fein schneiden.

Essig, Salz, Pfeffer, Senf, Honig und übriges Öl zu einem Dressing verrühren.

Gemüse mit dem Dressing mischen und bis zum Servieren ziehen lassen.

Minutensteaks aus der Marinade heben, abtropfen lassen.

Steaks in der Grillpfanne von beiden Seiten ca. 2-3 Minuten braten.

Steaks herausnehmen und warm stellen.

Marinade in der Grillpfanne etwas einköcheln lassen.

Estragonblätter mit dem Salat mischen und erneut abschmecken.

Parmesan darüber reiben.

Steaks und Salat anrichten. Die eingekochte Marinade über die Steaks träufeln.

Martin Gehrlein am 29. Mai 2019

Marinierte Schweine-Filet-Spieße mit Mango

Für 4 Personen:

700 g Schweinefilet	1 Mango	8 Lauchzwiebeln
200 g Keimöl	1 Ei	150 g Speisestärke
50 g Mehl	1 Knoblauchzehe	1 Chili
3 EL Sojasauce	1 TL Curry	1 EL Tandooripaste
1 EL Mango Chutney	Salz, Pfeffer	

Die Schweinefilets in 2 cm große Stücke schneiden. Die Mango schälen und würfeln, die Lauchzwiebeln in 2 cm lange Stücke schneiden. Die Zutaten abwechselnd auf Spieße stecken.

Für die Marinade die Knoblauchzehen und die Chilischote fein hacken. Mit Sojasauce, Curry, Tandooripaste und Mango Chutney vermischen. Die Spieße mit der Marinade bestreichen und mindestens 10 Minuten ziehen lassen.

Das Ei mit kaltem Wasser, Stärke, Mehl und etwas Salz zu einem Teig verarbeiten und 10 Minuten quellen lassen. Das Keimöl in einer Pfanne erhitzen. Die Spieße in dem Teig wenden und ausbacken. Herausnehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Christian Henze am 05. Juli 2019

Marinierter Schweinebauch mit süßer Glasur

Für 4 Personen:

2 EL Mayonnaise	2 EL Senf	8 EL Magic Dust
4 Sch. Schweinebauch	100 ml BBQ-Sauce	100 ml Ahornsirup

Magic Dust:

4 EL Salz	2 TL Pfeffer	1 EL Knoblauchgranulat
4 EL Paprikapulver	4 EL braunem Zucker	1 EL Chilipulver, 1 EL
Kreuzkümmel	1 TL Senfpulver	

Mayonnaise, Senf und Magic Dust zu einer Marinade verarbeiten.

Alle Zutaten von Magic Dust mischen.

Vom Schweinebauch die Schwarte mehrfach einschneiden. Wem die Schwarte zu fett ist, der kann diese auch einfach entfernen. Anschließend das Fleisch gleichmäßig mit der Marinade einreiben. Für vier Stunden in den Kühlschrank stellen.

Optional kann das Fleisch auch schon am Vorabend mariniert und über Nacht kühl gestellt werden.

Die Schweinebauch-Scheiben bei ca. 220 Grad über direkter Hitze von beiden Seiten grillen.

BBQ-Sauce und Ahornsirup mischen. Das Fleisch in den indirekten Bereich des Grills legen und die Oberseite mit der Mischung bepinseln.

Nach 10 Minuten wenden und die andere Seite ebenfalls bestreichen.

Für weitere 10 Minuten garen. Vom Grill nehmen und vor dem Servieren 3-5 Minuten ruhen lassen.

Björn Freitag am 30. August 2020

Meerrettich-Schnitzel mit lauwarmem Kraut-Salat

Für 4 Personen:

1 kleine Zwiebel	500 g Weißkohl	4 Stängel Petersilie
1 Stück Meerrettich (4 cm)	4 Schweineschnitzel (a 150 g)	3 TL scharfer Senf
Salz, weißer Pfeffer	80 g Räucherspeck	3 EL Öl
5 EL Weißweinessig	1 TL Kümmelsamen	1 TL Zucker
1 EL Butter	200 g Sahne	

Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Den Kohl putzen und waschen, den Strunk entfernen und den Kohl in sehr feine Streifen schneiden. Die Petersilie abbrausen, trockenschütteln und grob hacken. Den Meerrettich schälen.

Die Schnitzel leicht klopfen, sodass sie gleichmäßig dünn werden. Mit 2 TL Senf einstreichen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Räucherspeck in kleine Würfel schneiden.

In einer großen Pfanne 2 EL Öl erhitzen. Die Speckwürfel darin bei starker bis mittlerer Hitze knusprig auslassen. Zwiebel dazugeben und kurz andünsten. Das Kraut untermischen und unter Rühren in 4–5 Minuten bissfest braten. Das Kraut mit Essig ablöschen, mit Kümmel, Zucker, Salz, Pfeffer und Petersilie würzen und abschmecken. In eine Schüssel umfüllen.

Übriges Öl und die Butter in der Pfanne erhitzen. Die Schnitzel darin bei mittlerer Hitze pro Seite 2–3 Minuten braten. Herausnehmen und auf einem vorgewärmten Teller zugedeckt warm halten. Den Bratensatz mit Sahne ablöschen und ganz kurz einkochen lassen. Die Sauce mit Salz, Pfeffer und übrigem Senf abschmecken.

Die Schnitzel in die Sauce geben und kurz darin ziehen, dann beides auf Teller verteilen. Den Meerrettich fein darüber reiben. Den lauwarmen Krautsalat mit auf die Teller geben. Sofort servieren. Dazu passen Brat- oder Röstkartoffeln.

Christian Henze am 24. Mai 2019

Mini-Rouladen vom Schwein mit Orangen-Ragout

Für 4 Personen

800 g Schweinerücken	3 Scheiben Toastbrot	50 g Pinienkerne
50 g Sultaninen	5 Orangen	2 frische Lorbeerblätter
50 g Parmesan	Salz	Pfeffer
2 EL Butter	Olivenöl	

Den Rücken wie folgt in Scheiben teilen: Eine dünne Scheibe vom Rand bis knapp zum Ende schneiden. Direkt daneben in gleicher Stärke eine Scheibe bis zum Ende schneiden. Die Scheiben auseinander klappen. So hat man eine ausreichende Fläche für die Füllung. Den Vorgang wiederholen, bis ausreichend Fleischscheiben vorhanden sind.

Das Toastbrot in kleine Würfel schneiden, den Käse reiben. Die Sultaninen $\frac{1}{2}$ Stunde in Wasser einlegen, dann abtropfen lassen. Die Schale von 1 Orange mit einem Ziselierer abziehen oder abreiben. Die Lorbeerblätter in sehr feine Streifen oder Würfel schneiden. Die Zutaten für die Füllung in eine Schüssel geben und vermengen. Dabei salzen und pfeffern.

Die Fleischscheiben auslegen und je 1 EL Füllung daraufsetzen. Das Fleisch seitlich einschlagen, aufrollen und mit einem Holzspieß verschließen. Butter und Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Rouladen etwa 5 Minuten von allen Seiten braten.

Wer mag, kann sie kurz vor Garende mit etwas Käse bestreuen.

Für das Orangen-Ragout die Schale der restlichen Früchte mit einem Ziselierer abziehen und das Fruchtfleisch heraus schneiden. Schale und Fruchtfleisch mit etwas Olivenöl vermengen.

Rainer Sass am 23. Oktober 2020

Minuten-Steak mit Avocado und Champignons

Für 2 Personen :

2 Minutensteaks (ca.100 g)	1 EL Senf	0,5 Avocado
0,5 Peperoni	2 Champignons	1 Limone
1 EL Butter	1 Spur Sojasauce	1 Msp. Salz
1 Msp. Pfeffer		

Das Steak mithilfe eines Fleischhammers plattieren.

Die Champignons und die Peperoni in feine Streifen schneiden die Avocado ebenfalls fein runterschneiden.

Das Steak mit Salz und Pfeffer würzen und mit Senf bestreichen. Dann auf den einen Teil die Avocado legen und auf die Avocado die Champignons legen. Ganz obendrauf die Peperoni legen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Nun das Steak zuklappen und in der Pfanne bei hoher Hitze - von jeder Seite max. 1 Minute braten und dann aus der Pfanne nehmen.

In die Pfanne nun eine Flocke Butter geben (Hitze runternehmen), sowie einen Schuss Sojasauce und einen Schuss Limettensaft. Die Sauce dann über das Steak träufeln.

Steffen Henssler am 26. Oktober 2020

Minuten-Steaks mit Gemüse-Salat

Für 4 Personen:

Für die Minutensteaks:

4 dünne Minutensteaks	2 Knoblauchzehen	2 Zwiebeln, rot
1 Chilischote	1 Stiel Rosmarin	1 Stiel Thymian
1 Zitrone (Saft, Abrieb)	100 ml Olivenöl	

Für den Gemüsesalat:

2 Zucchini, klein	200 g braune Champignons	2 dünne Möhren
2 gelbe, rote Paprikaschoten	2 Lauchzwiebeln	100 ml Olivenöl
2 Stiele Estragon	2 EL Balsamessig	Salz, Pfeffer
2 TL Senf, mittelscharf	2 TL Honig	50 g Parmesan

Minutensteaks abbrausen und trockentupfen, abdecken und beiseitestellen.

Knoblauch und Zwiebeln abziehen und fein würfeln.

Chilischote halbieren, entkernen und ebenfalls fein schneiden.

Rosmarin und Thymiannadeln bzw. -blättchen abzupfen und fein hacken.

Zitronensaft und Schale, vorbereitete Zutaten, Salz, Pfeffer und Olivenöl mischen.

Die Steaks einlegen, abdecken und ca. 1 Stunde marinieren Inzwischen Zucchini, Pilze, Möhren, Paprika, Lauchzwiebeln und Tomaten putzen bzw. schälen, abbrausen und klein schneiden.

Jeweils 1 EL Olivenöl in einer Grillpfanne erhitzen. Das Gemüse darin nacheinander ca. 2-3 Minuten braten. herausheben und lauwarm abkühlen lassen.

Estragonblättchen abzupfen und fein schneiden.

Essig, Salz, Pfeffer, Senf, Honig und übriges Öl zu einem Dressing verrühren.

Gemüse mit dem Dressing mischen und bis zum Servieren ziehen lassen.

Minutensteaks aus der Marinade heben, abtropfen lassen.

Steaks in der Grillpfanne von beiden Seiten ca. 2-3 Minuten braten.

Steaks herausnehmen und warm stellen.

Marinade in der Grillpfanne etwas einköcheln lassen Estragonblätter mit dem Salat mischen und erneut abschmecken.

Parmesan darüber reiben.

Steaks und Salat anrichten. Die eingekochte Marinade über die Steaks träufeln.

Martin Gehrlein am 29. Mai 2019

Mostbratli mit Paprika-Weißkraut

Für 4 bis 6 Personen

Für den Braten:

3 große Zwiebeln	1 Karotte	150 g Knollensellerie
$\frac{1}{4}$ l Apfel-Birnen-Most	1-2 TL Tomatenmark	400 ml Hühnerbrühe
1,2 kg Schweinehals	1-2 TL Speisestärke	2 halbierte Knoblauchzehen
1 Scheibe Ingwer	$\frac{1}{2}$ TL getr. Majoran	$\frac{1}{2}$ TL gemahlener Kümmel
1 Streifen Zitronenschale	mildes Chilialz	

Für das Kraut:

500 g Weißkohl	1 Zwiebel	1 rote Paprikaschote
1 gelbe Paprikaschote	100 ml Gemüsebrühe	1 EL Petersilie
5 Estragonblätter	2 EL braune Butter	mildes Chilialz

Für den Braten den Backofen auf 160°C vorheizen. Zwiebeln, Karotte und Sellerie schälen. Die Zwiebeln in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Karotte schräg in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. Den Sellerie erst in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden, diese in etwa 3 cm breite Stücke schneiden. Vom Most etwa 3 EL für die Sauce abnehmen und beiseite stellen. Das Gemüse in einem Topf ohne Fett bei mittlerer Hitze kurz andünsten, das Tomatenmark unterrühren und kurz mitrösten, bis es am Topfboden anlegt. Mit dem übrigen Most und der Brühe aufgießen und alles in einen Bräter oder ein Reindl geben. Den Schweinehals daraufsetzen und im Ofen auf der mittleren Schiene etwa 3 Stunden garen, dabei zwischendurch mehrmals wenden.

Anschließend den Bräter aus dem Ofen nehmen, das Fleisch aus dem Bräter nehmen und warmhalten. Die Sauce durch ein Sieb gießen, dabei das Gemüse entfernen, die Flüssigkeit zurück in den Bräter geben und nach Belieben etwas einköcheln lassen.

Die Speisestärke mit dem beiseitegestellten Most glatt rühren, in die Sauce geben und köcheln lassen, bis diese leicht sämig bindet. Knoblauch, Ingwer, Majoran, Kümmel und Zitronenschale in die Sauce geben und 5 bis 10 Minuten ziehen lassen. Die ganzen Gewürze wieder entfernen und die Sauce mit Chilialz abschmecken.

Für das Kraut die äußeren Blätter und den harten Strunk vom Kohl entfernen. Die Blätter waschen, trocken schütteln und in etwa 2 cm große Rauten schneiden.

Die Zwiebel schälen und ebenfalls in Rauten schneiden. Die Paprika halbieren, entkernen, waschen und in Rauten schneiden. Zwiebel und Paprika in einem Topf ohne Fett andünsten. Die Brühe dazugießen und das Kraut hinzufügen, alles offen bei milder Hitze etwa 5 Minuten garen. Zuletzt Petersilie und Estragon hinzufügen, die braune Butter unterrühren und alles mit Chilialz würzen.

Zum Servieren den Braten in Scheiben schneiden und mit der Sauce auf vorgewärmten Tellern anrichten. Das Kraut danebensetzen.

Alfons Schuhbeck am 02. Oktober 2020

Ofen-Pfirsich mit Brokkoli und knusprigem Schweinebauch

Für 4 Personen:

Für Pfirsich, Brokoli, Fleisch:

4 Pfirsiche, rund, reif	bunter Pfeffer	125 ml Sekt
600 g Brokkoli	Salz	2 EL Mandeln, gehobelt
1 Spitzpaprika, gelb	500 g Schweinebauch, Bacon	4 EL Rapsöl
2 TL Honig, cremig	Pfeffer	2 EL Olivenöl
2 TL Pfefferkörner, eingelegt		

Für die Bratkartoffeln:

800 g gegarte Kartoffeln	2 EL Butterschmalz	1 Zwiebel
Salz, Pfeffer		

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Pfirsiche kurz in kochendes Wasser tauschen, kalt abschrecken, abtropfen lassen und die Schale abziehen.

Pfirsiche halbieren, entsteinen und in eine flache Auflaufform verteilen. Mit etwas buntem Pfeffer bestreuen. Den Sekt angießen.

Pfirsiche im heißen Backofen ca. 15 Minuten garen.

In der Zwischenzeit den Brokkoli putzen, in Röschen teilen, die dicken Stiele schälen und in Stücke schneiden. Brokkoli in kochendem Salzwasser kurz blanchieren, in Eiswasser abschrecken und dann abtropfen lassen.

Mandeln ohne zusätzliches Öl in einer Pfanne rösten, auf einem Teller geben und auskühlen lassen.

Spitzpaprika putzen, waschen, entkernen und in Stücke schneiden.

Pfirsichhälften aus dem Ofen nehmen, warm stellen und die Dünstflüssigkeit beiseite stellen.

Schweinebauch in etwa 12 cm dicke Scheiben schneiden. 1 EL Öl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen, die Baconscheiben darin bei mittlerer Hitze unter Wenden von beiden Seiten knusprig braten.

Für die Bratkartoffeln die Kartoffeln pellen und in Scheiben schneiden.

Butterschmalz in einer beschichteten Pfanne erhitzen.

Die Kartoffeln darin unter Wenden goldbraun und knusprig braten.

Zwiebel abziehen, fein würfeln, zu den Kartoffeln geben und mitbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Dünstflüssigkeit von den Pfirsichen, Honig, etwas Salz und Pfeffer verrühren. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Paprikastücke darin kurz andünsten. Brokkoli zugeben und mitdünsten. Den Pfirsichsud angießen und das Gemüse zugedeckt mit noch leichtem Biss dünsten. Mandeln überstreuen.

Baconscheiben auf vorgewärmten Tellern anrichten. Pfefferkörner abtropfen lassen, grob hacken und überstreuen. Mit Pfirsichhälften, Paprika-Brokkoli-Gemüse und Bratkartoffeln anrichten und servieren.

Martin Gehrlein am 08. September 2020

Pfannen-Gyros mit griechischem Bauern-Salat

Für 4 Personen

3 Stängel Oregano	3 Stängel Majoran	2 Zweige Rosmarin
1 Knoblauchzehe	300 g Oberschale vom Schwein	Salz
Kreuzkümmel, gemahlen	Pfeffer	gemahlener Koriander
5 EL Olivenöl	1 Salatgurke	2 Fleischtomaten
3 Lauchzwiebeln	100 g Oliven, grün, schwarz	150 g fester Schafskäse
1 Bio-Zitrone	2 Stängel Minze	1 Prise Zucker
6 Blätter Filoteig		

Oregano, Majoran und Rosmarin abbrausen, trocken schütteln. Oregano- und Majoranblättchen abzupfen und fein schneiden. Knoblauch schälen.

Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in dünne Scheiben schneiden. Mit Salz, Kreuzkümmel, Pfeffer und Koriander würzen.

In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und die Fleischscheiben portionsweise anbraten, Rosmarinzweige in die Pfanne legen, 2/3 vom feingehackten Majoran und Oregano dazu geben, Knoblauch nach Wunsch angedrückt oder fein gehackt zugeben. Sobald die Fleischscheiben gebraten sind, die Pfanne zur Seite stellen.

Den Backofen auf 230 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Für den Salat die Gurke waschen, schälen und in Stücke schneiden.

Die Tomaten waschen, den Strunkansatz entfernen und in Stücke schneiden.

Die Lauchzwiebeln putzen, abwaschen und fein schneiden.

Die Oliven grob hacken, den Schafskäse in Würfel schneiden.

Die Zitrone heiß abwaschen und trockenreiben. Etwas Schale abreiben und den Saft auspressen.

Die Minze abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und in Streifen schneiden.

Tomaten und Gurken in eine Schüssel geben, mit Salz und Zucker würzen. Grob gehackte Oliven, Zwiebellauch und Minze zugeben. Zitronensaft mit etwas Olivenöl und Zitronenschale vermischen und den Gurken-Tomatensalat damit marinieren.

Kurz vor dem Servieren den gewürfelten Schafskäse daruntermischen.

Die Filoteig ausbreiten und mit Olivenöl bestreichen. Mit den restlichen gehackten Kräutern und Salz bestreuen. Die Teigblätter jeweils zweimal zusammenfalten und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Im heißen Backofen einige Minuten zu knusprigen Chips-Päckchen backen.

Das Fleisch in der Pfanne kurz vor dem Servieren umrühren und mit den FiloChips auf vorgewärmte Teller verteilen. Den Salat in Schüsselchen extra dazu reichen.

Timo Böckle am 12. August 2020

Pikantes Schweine-Filet in der Sesam-Kruste

Für 4 Personen:

1 TL heller Sesamsamen	$\frac{1}{2}$ TL geriebene Ingwerwurzel	3 EL Sesamöl
3 EL Weißweinessig	1 TL Zucker	5 EL Weißwein
1 Zwiebel	4 Knoblauchzehen	Salz, Pfeffer
1 Msp. Chilipulver	500 g Schweinefilet	2 Eiweiß
4 EL Speisestärke	500 ml Pflanzenöl	

Den Weißwein mit Essig und Zucker aufkochen. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein hacken und unter dem Wein-Essig-Sud mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Fleisch waschen, trockentupfen und quer in $\frac{1}{2}$ cm dicke Scheiben schneiden. Die Fleischscheiben mit Salz und Pfeffer würzen. Den Sesamsamen im Wok ohne Fett goldbraun anrösten, anschließend herausnehmen.

Eiweiß mit einem Schneebesen leicht schaumig schlagen. Den Sesamsamen, 2 EL Stärke und Ingwer kräftig unterschlagen. Pflanzenöl im Wok erhitzen. Das Fleisch in der restlichen Stärke wenden, abklopfen. Nach und nach die Fleischstücke durch den Eiweißteig ziehen und im heißen Öl goldbraun frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Zum Schluss das Fleisch mit etwas Sesamöl beträufeln und mit der Sauce servieren. füllen und genießen. Dazu passt ein luftiger Reis.

Christian Henze am 08. Mai 2020

Pulled Pork

Für 4 Personen

800 g Schweinenacken

Für die Marinade:

50 g Blaubeermarmelade 100 ml Sojasoße 30 g Zuckerrübensirup
50 g Honig

eigene Geürzmischung (30 g):

Salz, Koriander, Kumin	Kardamom, gekörnte Brühe	Thymian
geräuchertes Paprikapulver	$\frac{1}{4}$ Zwiebel, fein zerkleinert	1 Knoblauchzehe, fein gehackt
30 g Ingwer, gerieben	Saft einer halben Zitrone	10 ml Weißweinessig
Rauchöl, ein paar Tropfen	50 ml Ketchup	

Marinieren:

Die Marinade-Zutaten in eine Schüssel geben, verrühren.

Schweinenacken mit der Hälfte der Marinade einstreichen, in eine Schüssel geben, abdecken und mindestens zwei Stunden bei Raumtemperatur ruhen lassen.

Garen:

Den Nacken direkt und lose auf den mittleren Rost im Backofen legen, acht bis elf Stunden bei 120 Grad Celsius Ober- und Unterhitze garen. Eine flache Auflaufform mit etwas Wasser füllen, als Abtropfschale unter den Rost stellen. Den Braten regelmäßig mit Marinade einpinseln.

Zwischen-Checken:

Nach etwa fünf Stunden sollte der Braten eher weich sein und eine Kerntemperatur von etwa 70 Grad haben, am Ende der Garzeit etwa 90 Grad. Die Temperatur lässt sich mit einem Bratenthermometer messen.

Fäden zupfen:

Nach dem Garen ist der Braten mürbe und hat eine fadenartige Struktur. Das Fleisch mit zwei Gabeln in längliche Stücke zupfen. Die restliche Marinade mit etwas Rauchöl abschmecken und mit dem Fleisch vermischen.

Dazu passen Brötchen, der US-Weißkohlsalat Coleslaw oder Reis.

Tipp:

Viel Zeit macht mürbe. Beim langsamen Garen ziehen die Aromen der Marinade in das Fleisch ein. Bindegewebe verwandelt sich in Gelatine.

So bleibt das Fleisch einerseits saftig, andererseits zerfällt es.

Sobald die Kerntemperatur 70 Grad beträgt, steigt sie für eine Weile nicht an. Feuchtigkeit aus dem Innern verdunstet, das hat einen Kühleffekt.

test Juli 2020

Rostbrätl mit Schmorzwiebeln und Röstbrot

Für 4 Personen

Fleisch, Mariande:

4 durchw. Sch. Schweinefleisch 2 mittelgroße Zwiebeln 2 Knoblauchzehen
2 EL mittelscharfer Senf 1 Fl. dunkles Bier (0,5l) 1 EL Butter
1 TL Zucker

Röstbrot:

4 Scheiben Bauernbrot 2 EL Kräuterbutter 2 EL Sahne Meerrettich
gehackte Petersilie 2 schöne Strauchtomaten 1 EL Öl
Salz, Pfeffer

Das Fleisch kräftig klopfen. Für die Marinade Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen und in dünne Scheiben schneiden. Das Fleisch mit dem Senf einreiben, mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Rostbrätl abwechselnd in einer Schüssel mit Zwiebel- und Knoblauchscheiben schichten und das Bier angießen, so dass das Fleisch bedeckt ist. Mindestens 24 Stunden im Kühlschrank marinieren.

Die Rostbrätl aus der Marinade nehmen, abtropfen lassen und auf dem vorgeheizten Grill oder in der Bratpfanne von beiden Seiten knusprig braten.

Für die Zwiebeln Butter in einer Pfanne aufschäumen und die abgetropften Zwiebeln darin sanft schmoren lassen. Mit Zucker, Pfeffer und Salz abschmecken.

Röstbrot:

Brotscheiben mit Butter bestreichen und auf dem Grill oder in einer Pfanne rösten.

Herausnehmen und mit Meerrettich bestreichen.

Anrichten:

Die Rostbrätl auf den Brotscheiben legen und mit frisch gehackter Petersilie bestreuen.

Die Tomaten waschen, Stielansätze entfernen und klein schneiden. Mit etwas Öl, Salz und Pfeffer abschmecken und dazu arrangieren.

Christian Henze am 14. August 2020

Sauer-Fleisch mit Schmorkartoffeln

Für 8 Personen

Sauerfleisch:

2-2 ½ kg Schweinenacken	1/8 l Kräuter-Essig	1/8 l Weißwein-Essig
1 EL Essigextrakt	1 ½ l Wasser	5 Möhren
1 Stange Lauch	4 Zwiebeln	5 Nelken
1 TL Senfkörner	1 TL Wacholderbeeren	1 TL Piment
Essig, Essigextrakt	Salz und Zucker	1 EL Weißer Pfeffer
5 Lorbeerblätter	2 EL Zucker	2 EL Salz
4 Gewürzgurken	3-4 Tüten Gelatine	

Schmorkartoffeln:

10 festk. Kartoffeln	3 Zwiebeln	3 EL Butterschmalz
Salz, Muskatnuss	10 gemörs. Piment-Körner	10 gemörs. Pfeffer-Körner
lauwarmes Wasser	Petersilie	

Sauerfleisch:

Möhren schälen, Lauchstange säubern und teilen. Die Zwiebeln häuten und in Ringe oder Lamellen schneiden. Den Schweinenacken in einen großen Topf geben, das Gemüse und die Essigsorten sowie 1 EL Essigextrakt, Gewürze, Salz und Zucker hinzufügen.

Mit Wasser aufgießen, bis das Fleisch knapp bedeckt ist. Alles aufkochen und etwa 1-1½ Stunden garen lassen, bis das Fleisch weich ist und sich leicht vom Knochen löst. Das Fleisch aus dem Topf nehmen und abkühlen lassen. Den Sud durch ein feines Sieb gießen. Die Möhren und einige der Zwiebeln auffangen, die Möhren in Stücke schneiden. Den Sud nun mit Essig, Salz und etwas Zucker süß-sauer abschmecken. Wegen der starken Säure ist das Probieren nicht so einfach: Der Essiggeschmack sollte im Vordergrund stehen, der Sud sollte aber trotzdem eine leicht süße Note haben.

Das Fleisch vom Knochen trennen und in Scheiben schneiden. Die Fleischscheiben in eine Auflaufform geben, Möhren und Zwiebeln dazwischen verteilen. Die Gewürzgurken in Scheiben schneiden und ebenfalls hinzufügen. Die Gelatine nach Packungsanleitung zubereiten, mit dem Sud verrühren und über das Fleisch gießen. Wer mag, kann zur Dekoration noch die Lorbeerblätter und einige der anderen Gewürze hinzufügen. Alternativ kann man das Sauerfleisch und das Gemüse auch getrennt voneinander schichten und ansetzen.

Das Sauerfleisch für mindestens 12 Stunden in den Kühlschrank stellen und fest werden lassen. Zum Anrichten in Stücke schneiden und mit Senf, Schmorkartoffeln und Salat servieren.

Schmorkartoffeln:

Die Kartoffeln und Zwiebeln schälen und in feine Scheiben hobeln.

Butterschmalz in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Kartoffeln und Zwiebeln 3 Minuten anbraten, bis sie eine schöne braune Kruste haben. Dabei immer wieder wenden und leicht salzen.

Nun etwas Wasser hinzufügen und die Hitze reduzieren. Die Kartoffeln weitere 10 Minuten schmoren. Falls die Flüssigkeit verkocht ist, wieder etwas Wasser hinzufügen. Die Kartoffeln und Zwiebeln sollten nicht trocken braten oder in der Flüssigkeit schwimmen. Durch das sanfte Schmoren bekommen sie die ideale Konsistenz und einen tollen Geschmack.

Zum Schluss die Schmorkartoffeln mit Muskat, Pfeffer und Piment würzen und mit gehackten Thymianblättern oder Petersilie bestreuen.

Rainer Sass am 10. März 2019

Scharfes Chili-Paprika-Gulasch aus dem Ofen

Für 4 - 6 Personen

2 kg Schweinschulter am Stück	Meersalz, Pfeffer	Olivenöl
2 rote Zwiebeln	2 rote Chilischoten	2 gehäufte EL Paprikapulver
2 TL gemahlener Kümmel	1 kl. Bd. Majoran	5 Paprikaschoten
280 g eingel. Paprikaschoten	400 g Eiertomaten (Dose)	4 EL Rotwein-Essig

Außerdem:

400 g Basmatirei	1 Becher Schmand	1 Zitrone (Abrieb)
1 kl. Bd. Petersilie		

Den Backofen auf 180°C vorheizen.

Einen großen, ofenfesten Schmortopf mit Deckel auf dem Herd erhitzen.

Die Schweineschulter auf der Fettseite kreuzweise bis auf das Fleisch einschneiden und großzügig mit Salz und Pfeffer würzen. Einen guten Schuss Öl in den Topf geben und das Fleisch mit der Fettseite nach unten darin ca. 15 Minuten bei mittlerer Hitze braten, bis das Fett ausgebraten ist. Dann herausnehmen und beiseitelegen.

Die Zwiebeln schälen und in dünne Streifen schneiden. Von den Chilischoten die Samen entfernen und fein hacken. Zwiebeln, Chilis, Paprikapulver, Kümmel, die abgezapften Majoran-bzw. Oreganoblätter in das heiße Bratfett geben. Mit je 1 guten Prise Salz und Pfeffer würzen. Die Hitze reduzieren und alles 10 Minuten anschwitzen.

Die frischen und eingelegten Paprikaschoten, die Tomaten und das Fleisch in den Topf geben, 2 - 3 Finger hoch mit Wasser auffüllen, Essig zufügen, zum Kochen bringen und geschlossen für 3 Stunden im Ofen schmoren. Das Fleisch ist durch, wenn es butterweich ist und sich mühelos mit 2 Gabeln zupflücken lässt.

Den Reis waschen und in kochendem Salzwasser 10 Minuten kochen, dass er bissfest ist.

In einem Sieb abtropfen, dabei das Kochwasser auffangen. Das Wasser zurück in den Topf füllen. Das Sieb auf den Topf setzen, mit einem Deckel verschließen und den Reis so bei schwacher Hitze 10 Minuten im Dampf garen.

Schmand bzw. saure Sahne, Zitronenschale und gehackte Petersilie in einer Schüssel verrühren. Etwas Petersilie zum Garnieren zurückbehalten.

Zum Schluß die Sauce abschmecken. Das Fleisch in Stücke zerteilen und das Gulasch in einer großen Schüssel oder auf Tellern servieren. Mit je einem Klecks Schmand/saure Sahne und der restlichen Petersilie garnieren. Dazu den Reis servieren.

Jamie Oliver am 08. Januar 2020

Schaschlik mit Paprika-Soße

Für 4 Personen

Für die Beilage:

700 g Kartoffeln, festk. Salz 2 EL Butterschmalz

Für die Schaschlikspieße:

2 Zwiebel Salz 1 rote Paprika

700 g Schweinenacken Pfeffer 2 EL Butterschmalz

Curry

Für die Sauce:

1 Zwiebel 1 rote Paprika 1 gelbe Paprika

1 rote Chilischote 1 EL Butterschmalz 2 EL Tomatenmark

2 TL Paprikapulver 300 ml Gemüsebrühe Salz

Pfeffer 1 Prise Zucker

Die Kartoffeln kochen, pellen und auskühlen lassen.

Für die Schaschlikspieße die Zwiebel schälen, vierteln, entblättern und in einem Topf mit Salzwasser blanchieren. Herausnehmen und abtropfen lassen.

Paprika halbieren, entkernen und in 2 cm große Rauten schneiden.

Das Fleisch in 3 cm große Würfel schneiden.

Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen, mit Zwiebel und Paprika abwechselnd auf 4 Spieße stecken.

Für die Sauce Zwiebel schälen und fein schneiden. Paprikaschoten halbieren, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Chilischote halbieren, die Kerne entfernen und grob würfeln.

In einer tiefen Pfanne Butterschmalz erhitzen, gewürfelte Zwiebel darin anschwitzen, dann Tomatenmark, Paprika und Chilischote zugeben und kurz anbraten. Paprikapulver untermischen und mit Brühe ablöschen, alles ca. 10 Minuten köcheln lassen. Die Paprikasauce mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen.

In der Zwischenzeit in einer Pfanne Butterschmalz erhitzen, die Spieße langsam von allen Seiten darin braten. Mit einer Prise Curry würzen.

Dann die Spieße in die Paprikasauce legen und noch 5 Minuten ziehen lassen.

Die Kartoffeln in Spalten schneiden und in einer Pfanne mit 2 EL Butterschmalz knusprig braten, mit Salz und Pfeffer würzen.

Schaschlik mit der Sauce und den Kartoffelspalten servieren.

Vincent Klink am 20. Juni 2019

Schaschlik mit Röstgemüse

Für 4 Personen

2 Pastinaken	4 Möhren	2 Zwiebeln
3 Knoblauchzehen	5 EL Olivenöl	Salz
5 EL Apfel-Balsamico	1 TL Paprikapulver, edelsüß	1 TL Paprikapulver, scharf
Pfeffer	1/2 TL Kreuzkümmel	400 g passierte Tomaten
180 g frische Tomaten	3 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin
1 Bundglatte Petersilie	4 Stangen Frühlingslauch	400 g Schweinenacken
100 g Bauchspeck	4 rote Zwiebeln	

Pastinaken, Möhren, Zwiebeln und Knoblauch schälen und in grobe Stücke schneiden.

In einer tiefen Pfanne etwas Olivenöl erhitzen, Zwiebeln, Pastinaken, Möhren und Knoblauch anschwitzen und leicht Farbe annehmen lassen.

Dann leicht salzen und mit Apfelessig ablöschen, diesen etwas einkochen lassen. Süßes und scharfes Paprikapulver zugeben und mit Pfeffer und Kreuzkümmel würzen. Passierte Tomaten zugeben und alles bei mittlerer Hitze 10 Minuten köcheln lassen.

In der Zwischenzeit die frischen Tomaten waschen, den Strunk entfernen und in grobe Stücke schneiden.

Thymian, Rosmarin und Petersilie abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen bzw. Nadeln abstreifen und fein schneiden.

Frühlingslauch putzen, waschen und fein schneiden.

Die frischen Tomaten zum Gemüse geben und nochmals ca. 10 Minuten köcheln lassen.

In der Zwischenzeit das Fleisch in Würfel von jeweils ca. 20 g schneiden. Den Speck in etwa 5 mm dünne Scheiben, dann in ca. 4 cm große Stücke schneiden.

Die Roten Zwiebeln schälen, dabei an den Strunkenden knapp unter der Schale abschneiden. Dann die Zwiebeln in jeweils 6 Spalten schneiden.

Die Zwiebspalten abwechselnd mit den Fleisch- und Speckstücken auf Schaschlikspieße ziehen, dabei darauf achten, dass am Schluss immer ein Zwiebelstück aufgespießt wird. Die Spieße salzen. In einer Grillpfanne etwas Olivenöl erhitzen und die Spieße darin etwa 7 Minuten braten, während des Bratens immer mal wieder wenden.

Zur Gemüsesauce Rosmarin und Thymian geben, nicht mehr kochen, sondern nur noch ziehen lassen.

Kurz vor dem Anrichten Petersilie, Frühlingslauch und 2 EL Olivenöl unter die Sauce mischen und abschmecken.

Gemüsesauce auf Teller geben und die Spieße darauf anrichten, frisch gemahlener Pfeffer darüber streuen. Dazu passt sehr gut frischer Blattsalat.

Rainer Klutsch am 17. April 2020

Schaschlik mit Tomaten-Ananas-Soße

Für 4 Personen

Für die Sauce:

½ kleine Zwiebel	30 g brauner Zucker	1 TL Weißweinessig
100 ml Gemüsebrühe	60 ml Ananassaft	60 g Tomatenmark
75 g Ketchup	75 g stückige Tomaten	1 EL Schaschlikgewürz
1 geh. TL Salz	50 ml mildes Olivenöl	milde Chiliflocken

Für die Kartoffeln:

800 g festk. Kartoffeln	Salz	2 Tomaten
1-2 Frühlingszwiebeln	1-2 TL Öl	50 g Maiskörner
1 EL Pistazienkerne	1 EL Petersilienblätter	1 Rosmarinzweig
mildes Chilisalز		

Für die Spieße:

300 g Schweinefilet	1 Bratwurst	¼ gelbe Paprikaschote
1/4 grüne Paprikaschote	½ Zwiebel	1 TL Öl
mildes Chilisalز		

Außerdem:

8 Schaschlikspieße

Für die Sauce die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Den Zucker in einem Topf bei milder Hitze hell karamellisieren. Die Zwiebelwürfel darin andünsten und Essig, Brühe und Ananassaft dazugießen. Das Tomatenmark mit Ketchup und Tomatenstücken hinzufügen und alles offen knapp unter dem Siedepunkt etwa 30 Minuten garen.

Anschließend die Sauce mit Schaschlikgewürz und Salz würzen und einmal aufkochen. Den Topf vom Herd nehmen, das Olivenöl mit dem Stabmixer unterrühren und die Sauce mit Chiliflocken würzen.

Die Kartoffeln waschen und mit Schale in Salzwasser weich garen.

Abgießen und kurz ausdampfen lassen, heiß pellen, abkühlen lassen und in Spalten schneiden.

Für die Spieße das Schweinefilet in 8 gleich große Scheiben schneiden. Die Wurst in etwa 1½ cm dicke Scheiben schneiden. Die Paprika putzen, waschen und in 2 cm große Stücke schneiden.

Die Zwiebel schälen und in 2 cm große Blätter schneiden.

Die Filetscheiben abwechselnd mit Wurstscheiben, Paprika und Zwiebel auf Spieße stecken (dabei Filet- und Wurstscheiben flach bzw.

liegend aufstecken). Eine geriffelte Grillplatte oder eine Grillpfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, mit dem Öl bestreichen und die Spieße darauf etwa 15 Minuten saftig grillen. Anschließend mit Chilisalز würzen.

Zum Servieren die Sauce auf vorgewärmten Tellern anrichten. Die Spieße darauflegen und die Kartoffelspalten daneben anrichten.

Alfons Schuhbeck am 22. Juni 2020

Schnelles Pulled Pork

Für 4 Portionen

Für die Marinade:

4 EL braunen Zucker	4 EL Senf	1 TL Knoblauch-Pulver
1 EL Cayennepfeffer	1 EL gehackte Rosmarin-Nadeln	2 EL Paprika-Pulver
4 EL Salz	4 EL Pfeffer	2 EL Gewürz-Mischung
200 ml Ananas-Saft	2 EL BBQ Sauce mit Rauch-Aroma	2 EL Whisky

außerdem:

1 L Apfel-Saft	2 kg Schweine-Nacken
----------------	----------------------

Alle Marinade-Zutaten gut mischen, so dass eine dickflüssige Paste entsteht. Das Fleisch trocken tupfen und parieren, d. h. von groben Sehnen, Fett usw. befreien. Die Marinade in das Fleisch einmassieren und ca. 5 min. ziehen lassen. Falls eine Spritze vorhanden ist, Marinade auch in das Fleisch spritzen.

In einen Schnell-Kochtopf das marinierte Fleisch mit dem Apfel-Saft ca. 60 min. garen; danach herausnehmen, mit Alufolie abdecken und für 30 min. ruhen lassen.

(In dem nun vorliegenden Zustand kann man das Fleisch portionieren, um es einzufrieren.)

Anschließend wird das Pulled Pork mit 2 Gabeln im Braten-Saft in feine Fleisch-Fasern zerzupft.

NN am 19. Juni 2019

Schnippelbohnen mit Schweine-Medaillons, Dunkelbier-Soße

Für 4 Personen

Für die Bohnen:

1 Pack. Schnippelbohnen	300 ml Rinderfond	200 g Kartoffeln, mehligk.
1 weiße Zwiebel	50 g geräuch. fetter Speck	2 Zweige Majoran
2 EL Creme-fraiche	Salz	weißer Pfeffer

Für die Sauce:

200 ml Altbier	200 ml dunkler Bratenfond	1 braune Zwiebel
Salz	Pfeffer	

Für das Fleisch:

1 Schweinefilet (600g)	Salz, Pfeffer
------------------------	---------------

Die Bohnen aus der Packung in ein Sieb geben und mit Wasser abspülen.

Den Speck würfeln, in einem großen Topf anschwitzen und auslassen. Die Zwiebel schälen, würfeln, mit dem Speck anschwitzen, und den Topf mit Fond oder Bouillon auffüllen.

Die Kartoffeln schälen, würfeln und ebenfalls in den Topf geben, dann die Bohnen dazugeben. Alles zugedeckt ca. 30 Minuten köcheln lassen. Das Durcheinander mit gehacktem Majoran, Pfeffer, Salz und Creme fraîche abschmecken.

Für die Sauce das Altbier und den Fond mit einer gewürfelten Zwiebel für 30 Minuten einkochen, anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Medaillons eine Grillpfanne erhitzen und mit der Schwarte vom Speck einfetten. Das Filet in Medaillons schneiden, salzen und von jeder Seite ca. 5 Minuten in der Grillpfanne braten. Kurz ruhen lassen.

Das Bohnengemüse anrichten, die Medaillons dazulegen und mit der eingedickten Sauce beträufeln.

Björn Freitag am 12. Dezember 2020

Schnitzel mit Kräuterkruste und Tomaten-Zucchini-Salat

Für 4 Personen

Für den Salat:

3 Tomaten	1 kleine Zucchini	Salz
Pfeffer	2 EL Apfelessig	4 EL Olivenöl
1 rote Zwiebel	1 Bund Rucola	

Für die Schnitzel:

1 Bund gemischte Kräuter	2 getrock. Öl-Tomaten	40 g Weißbrot
2 EL weiche Butter	Salz	Pfeffer
600 g Schweinefilet	2 EL Olivenöl	

Die Tomaten waschen, halbieren, den Strunkansatz entfernen und die Tomaten in etwa 1 cm große Würfel schneiden. Zucchini waschen, die beiden Enden abschneiden und Zucchini ebenfalls in 1 cm große Würfel schneiden und zu den Tomaten geben.

Das Gemüse mit Salz und Pfeffer würzen, Essig und Olivenöl untermischen und den Salat abschmecken.

Die Zwiebel schälen, fein schneiden und unter den Tomatensalat mischen.

Für die Kräuterkruste die Kräuter abrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Getrocknete Tomaten fein hacken. Weißbrot zu Bröseln reiben.

Kräuter, Brotbrösel, getrocknete Tomaten und weiche Butter vermengen, abschmecken und kurz kalt stellen.

Das Schweinefilet in Medaillons von jeweils etwa 70 g schneiden, leicht platteieren und mit Salz und Pfeffer würzen.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Medaillons darin von beiden Seiten goldbraun braten, jedoch nicht ganz durchbraten.

Den Backofen grill vorheizen (oder auf 220 Grad Oberhitze).

Die Schnitzel in eine feuerfeste Form legen. Jedes mit etwas Kräuterkruste bestreichen und im vorgeheizten Ofen goldbraun gratinieren.

In der Zwischenzeit Rucola abrausen, trocken schütteln und grob schneiden.

Etwas Rucola auf Teller verteilen, darauf den Tomaten-Zuchinisalat geben und die gratinierten Schnitzel anlegen.

Otto Koch am 22. August 2019

Schnitzel, gefüllte Kohl-Köpfchen, Shiitake, Rösti

Für zwei Personen

Für die Schnitzel:

4 dünne Schweineschnitzel à 100 g	10 g schwarze Sesamsaat	10 g weiße Sesamsaat
2 Eier	200 g Paniermehl	100 g Mehl
Öl	Salz	Pfeffer

Für den Wirsing:

500 g Wirsing	50 g Speck	2 Schalotten
50 g Butter	100 g Sahne	Gemüsefond
Stärke	1 Muskatnuss	Salz, Pfeffer

Für die Rösti:

400 g Süßkartoffeln	1 Schalotte	2 Eier
30 g Mehl	1 Muskatnuss	Öl

Für die Pilze:

200 g Shiitake-Pilze	1 Schalotte	50 g Butter
Sojasauce	200 ml Kalbsjus	Stärke, Salz, Pfeffer

Für die Schnitzel:

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Schnitzel waschen, trocken tupfen und unter Klarsichtfolie mit einem Plattiereisen leicht flach klopfen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Sesam mit dem Paniermehl mischen. Eier verquirlen.

In einer beschichteten Bratpfanne das Öl erhitzen. Schnitzel zuerst im Mehl wenden - überschüssiges Mehl abschütteln -, dann durch das Ei ziehen und im Sesam-Paniermehl wenden. Sofort im heißen Öl bei mittlerer Hitze halb schwimmend auf jeder Seite 1–2 Minuten, je nach Dicke der Schnitzel, braten.

Für den Wirsing:

Vier große Wirsingblätter ablösen, waschen und trocken schleudern. Blätter in Salzwasser kochen und kalt abschrecken. Dicke Rippen der Blätter herausschneiden und kurz mit dem Nudelholz platt rollen.

Den restlichen Wirsing waschen, trocken schleudern und klein würfeln. Ebenfalls kochen, abschrecken, gut ausdrücken.

Schalotten abziehen und den Speck waschen und trocken tupfen.

Muskatnuss reiben und 1 TL auffangen. Schalotten und Speck in feine Würfel schneiden. Beides in Butter anschwitzen, die Sahne dazugeben und einmal aufkochen. Stark einkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und eventuell mit Stärke leicht binden. Den kleingeschnittenen Wirsing dazugeben. Die Masse sollte nicht zu feucht sein. Nacheinander je ein Wirsingblatt in eine mit Klarsichtfolie ausgelegte Suppenkelle legen und die Wirsing-Mischung einfüllen. Die Folie oben zusammenfallen und durch Drehen ein Bällchen formen.

Die Kugeln in ein Blech setzen, etwas Fond und Butter dazugeben und im heißen Ofen ca. 20 Minuten erhitzen.

Für die Rösti:

Süßkartoffeln schälen, grob raspeln und gut ausdrücken. Muskatnuss reiben und 1 TL auffangen. Schalotte abziehen und fein würfeln, mit den Süßkartoffeln mischen und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Muskat würzen. Eier und Mehl dazugeben.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Von der Kartoffelmasse esslöffelgroße Portionen in die Pfanne geben und von jeder Seite 2–3 Minuten bei mittlerer Hitze knusprig braten.

Für die Pilze:

Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden. Shiitake putzen, in Streifen schneiden und mit der Schalotte in Butter anschwitzen. Mit der Sojasauce ablöschen und mit der Jus auffüllen. Leicht einkochen lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und eventuell mit etwas Stärke binden. Die Sesamschnitzel mit den gefülltem Kohlköpfchen und den Süßkartoffelrösti anrichten und die Shiitake-Pilze rundherum verteilen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Nelson Müller am 18. Oktober 2019

Schweine-Bäckchen mit Roter Bete und Sellerie-Püree

Für 4 Personen)

4 Schweinebäckchen	4 vorgek. Rote Beten	75 g Kräuterbonbons
1 Knollensellerie	1 Zwiebel	1 EL Senf
100 ml Sahne	1 Prise Zucker	1 Prise Muskat
1 Prise Salz	1 Schuss Essig	1 Schuss Cherry
1 EL Öl		

Zunächst werden Zuckerplättchen hergestellt, mit deren Hilfe die Schweinebäckchen später karamellisiert werden. Hierzu Isomalt oder Kräuterbonbons im Mixer klein mahlen und das Pulver durch ein Sieb auf ein Verbraucher.wdr.de © WDR 2020 Seite 2 von 2 mit Backpapier ausgelegtes Backblech streuen. Vier flache Kreise in der Größe der Schweinebäckchen.

Anschließend für eine Minute bei 160°C Heißluft im vorgeheizten Backofen karamellisieren und danach abkühlen lassen.

Nun mit einem Messer die Silberhaut von den Schweinebäckchen schneiden. Die Bäckchen in einer Pfanne kurz und scharf anbraten.

Danach das Fleisch für 30 Minuten bei 160°C Heißluft im Ofen garen.

Währenddessen den Sellerie schälen und in Würfel schneiden. Diese in Salzwasser mit einem Schuss Essig 20 Minuten bissfest kochen. In der Zwischenzeit Zwiebeln schälen, in Ringe schneiden und in der Pfanne mit etwas Öl kurz anschwitzen. Damit die Zwiebeln keine Farbe annehmen, gleich nach dem Anschwitzen einen Schuss Wasser in die Pfanne geben.

Rote Bete in feine Würfel schneiden und mit etwas Senf, Zucker, Salz, einem kleinen Schuss Sahne, etwas geriebener Muskatnuss sowie jeweils einem Schuss Essig und Cherry marinieren. Anschließend in einem Topf nur leicht erwärmen nicht kochen.

Die garen Selleriewürfel mit den angeschwitzten Zwiebeln, etwas Essig, Salz und einem Schuss Sahne im Mixer pürieren. Nach 30 Minuten können die Schweinebäckchen kurz aus dem Ofen genommen und mit den Zuckerplättchen belegt werden. Dann noch einmal für eine halbe Minute im Ofen bei 160°C karamellisieren lassen.

Rote Bete-Gemüse mittig auf dem Teller platzieren, darauf zwei karamellierte Schweinebäckchen anrichten und Sellerie-Püree dazu anrichten.

Björn Freitag am 30. Juli 2020

Schweine-Bauch-Braten, Honig-Senf-Soße, Radieschen-Salat

Für 4 Personen

Für den Schweinebauch:

1 Zwiebel	1 Karotte	1 Petersilienwurzel
1/2 Bund frischer Majoran	1 TL Kreuzkümmel	Pfeffer
800 g Schweinebauch	Salz	

Für die Sauce:

1 rote Zwiebel	1 Essiggurke	1 EL Olivenöl
60 ml Malzessig	100 ml Rotwein	350 ml Fleischbrühe
5 getrocknete Pflaumen	1 TL Honig	1 TL scharfer Senf
1 Prise Kreuzkümmel	Salz	

Für den Salat:

1 Bund Radieschen	3 EL Balsamico	5 EL Olivenöl
1 TL Honig	1 TL scharfer Senf	1 EL Chili-Chicken-Sauce
Salz	Zucker	1/2 Romanasalat

Für die Kartoffeln:

6 kleine Kartoffeln	120 ml Olivenöl	Salz
---------------------	-----------------	------

Den Backofen 160 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Zwiebel, Karotte und Petersilienwurzel schälen und in grobe Stücke schneiden.

Majoran abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.

Die Gemüswürfel mit Majoran, Kreuzkümmel und grob gemahlenem Pfeffer in einen Schmortopf geben. Den Schweinebauch mit der Schwarte nach unten darauf legen und so viel Wasser (ca. 2 l) angießen, bis das Fleisch zu 2/3 mit Wasser bedeckt ist. Den Schmortopf mit passendem (backofengeeignetem) Deckel verschließen und im vorgeheizten Ofen den Schweinebauch zunächst 1,5 Stunden garen. Dann Salz zugeben und nochmals 1 Stunde garen. Dann aus dem Ofen nehmen und etwas abkühlen lassen. Tipp: Den Schweinebauch kann man bereits am Vortag garen, dann im Topf auskühlen lassen und anschließend kühl stellen. Vor der weiteren Verarbeitung einfach den Schmortopf mit dem Schweinebauch auf dem Herd erhitzen, bis der Bauch wieder warm ist.

Für die Sauce Zwiebel schälen und fein schneiden, Essiggurke fein würfeln.

In einem Topf Olivenöl erhitzen und Zwiebel mit Essiggurke darin anschwitzen. Mit Malzessig und Rotwein ablöschen und die Flüssigkeit nahezu einkochen lassen.

Dann ca. 300 ml Kochfond vom Schweinebauch abschöpfen und mit der Fleischbrühe zugeben und die Flüssigkeit um gut die Hälfte einkochen lassen.

Für den Salat die Radieschen putzen, waschen und in dünne Scheiben schneiden.

Balsamico mit Olivenöl und 3 EL vom Schweinebauch-Kochfond in eine Schüssel geben. Honig, Senf und Chili-Chicken-Sauce hinzufügen und alles gut vermischen. Die Marinade mit Salz und Zucker abschmecken.

Radieschen in die Marinade geben und 20 Minuten darin ziehen lassen.

Romanasalat putzen, waschen und gut abtropfen lassen.

Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Backofengrill oder Oberhitze auf höchste Temperatur einschalten.

Den gegarten Schweinebauch aus dem Schmorfond nehmen und die Schwarte rautenförmig einschneiden. Den Schweinebauch mit der Schwarte nach oben auf ein Backblech geben und ca. 10 Minuten im Ofen knusprig garen.

In der Zwischenzeit für die Sauce die Pflaumen fein würfeln.

Senf und Honig unter die Sauce rühren, die Pflaumen untermischen und mit Kreuzkümmel und

Salz abschmecken.

Die Kartoffeln schälen und in feine Scheiben hobeln. In einer tiefen Pfanne Olivenöl erhitzen und die Kartoffelscheiben darin knusprig und goldbraun garen. Herausnehmen, gut abtropfen lassen und leicht salzen.

Kurz vor dem Anrichten Romanasalat und Schnittlauch unter die Radieschen mischen.

Den Schweinebauch aufschneiden, anrichten und mit der Sauce überziehen. Kartoffelchips und den Salat dazu reichen.

Jörg Sackmann am 05. März 2019

Schweine-Braten mit Kartoffel-Knödeln und Wirsing

Für 4 Personen

Braten:

1 (2,3-2,5 kg) Schweinebraten	1 TL Kümmel	1 TL Pfeffer
1 EL Salz	2-3 EL Sonnenblumenöl	500 g Fleischknochen
1 Suppenbund	2 Zwiebeln	1 EL Tomatenmark
0,5 l Bier	1 l Wasser	1 Bund Majoran
1 Stück Ingwer	2 Knoblauchzehen	Butterschmalz
Pflanzenöl		

Wirsingkohl:

1 (800 g) Wirsingkohl	$\frac{1}{2}$ l Orangensaft	1 Bio-Orange
2 Scheiben Ingwer	Limettensaft	2 EL Butter
1 EL Honig	3 EL Olivenöl	Salz

Kartoffel-Knödel:

600 g Kartoffeln	50 g Kartoffelmehl	50 g Butter
3 Eigelbe	Salz, Muskat	

Die Schweinebraten-Schwarte vom Metzger rautenförmig einschneiden lassen. Wer das selber machen möchte, benutzt dafür am besten ein scharfes Teppichmesser. Den Ofen auf 200 Grad vorheizen.

Kümmel, Salz und Pfeffer und das Öl auf der Schwarte verteilen und bis in die Ritzen einmassieren. Den Braten rundherum etwas salzen. Das Suppenbund und die Zwiebeln putzen und in Stücke schneiden.

Butterschmalz und Pflanzenöl in einem Bräter erhitzen. Knochen, Suppengemüse und Zwiebeln hineingeben und anrösten.

Nun das Tomatenmark hinzufügen und ebenfalls etwas anrösten. Jeweils die Hälfte Bier und Wasser angießen. Den Braten mit der Schwarte nach unten in den Bräter legen.

Nach $\frac{1}{2}$ Stunde den Braten umdrehen und Flüssigkeit nachgießen. Nach einer weiteren $\frac{1}{2}$ Stunde die Hitze auf 160 Grad reduzieren. Knoblauch in der Schale andrücken und den Ingwer in Scheiben schneiden, beides hinzufügen. Den Braten nochmals $\frac{1}{2}$ Stunde garen, bis das Fleisch gar und die Kruste knusprig ist. Während der Garzeit immer wieder etwas Bier und Wasser hinzufügen und die Kruste mit der Flüssigkeit bestreichen.

Den Braten aus dem Sud nehmen und warm stellen. Den Sud durch ein Sieb gießen und die Zutaten auffangen. Den Sud wieder erhitzen und nochmals abschmecken.

Wirsingkohl:

Den Wirsingkohl halbieren und den dicken Strunk herausschneiden. Die Blätter in Streifen schneiden und 2-3 Minuten in Salzwasser blanchieren. Das Gemüse gut abtropfen lassen.

Den Orangensaft erhitzen und mit den Ingwerscheiben auf ein Drittel einkochen. Die Schale der Orange abreiben und mit der Butter hinzufügen. Wirsing hinzufügen und 20 Minuten bei kleiner Hitze schmoren lassen. Mit Honig und Limettensaft abschmecken.

Kartoffel-Knödel:

Die Kartoffeln in der Schale kochen, abgießen und ausdampfen lassen.

Pellen und durch eine Presse drücken. Die Masse lauwarm abkühlen lassen, dann mit Eigelb, Kartoffelmehl und zerlassener Butter vermengen. Den Teig leicht salzen und mit Muskatnuss würzen.

Die Hände anfeuchten und aus dem Teig Klöße formen. Wasser in einem großen Topf erhitzen und salzen. Die Klöße in das leicht siedende Wasser geben und ziehen lassen, bis sie an der Oberfläche 'tanzen'. Das dauert etwa 10-12 Minuten.

Servieren:

Den Braten in Scheiben schneiden und mit gehacktem Majoran bestreuen.
Soße, Klöße und Wirsing dazu servieren. Wer mag, kann die Klöße noch mit gehackter Petersilie bestreuen.

Rainer Sass am 22. September 2019

Schweine-Braten mit knuspriger Schwarte

Für 5 Personen:

1 kg Schweineschwarte	2 kg Schweinenacken	Salz
600 g Zwiebeln	1 EL Kümmel Saat	400 ml Gemüsebrühe
Pfeffer	Paprikapulver	2 EL Öl

Schwarte auf der Hautseite kreuzweise einritzen. Mit Salz einreiben und 2 Stunden Wasser ziehen lassen. Trocken tupfen und mit Pfeffer würzen.

Zwiebeln in dünne Scheiben schneiden und mit Kümmel auf einem tiefen Backblech verteilen. Fleisch von allen Seiten mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin von allen Seiten scharf anbraten. Das Fleisch auf die Zwiebeln setzen. Geflügelbrühe zugießen und im vorgeheizten Backofen bei 150 Grad (Umluft), auf der zweiten Schiene von unten 2,5 Stunden garen.

Die Schwarte mit der Hautseite nach oben auf einen Gitterrost geben und mit einem zweiten Gitterrost beschweren. Die Schwarte über dem Fleisch in den Ofen schieben und mit garen. Das Fleisch nach Ende der Garzeit aus dem Ofen nehmen und in Alufolie gewickelt 10 Minuten ruhen lassen.

Die Zwiebeln mit dem Bratsud in einen Topf füllen. Das Backblech zurück in den Ofen schieben und den Grill anschalten. Die Schwarte in 2-3 Minuten knusprig grillen. Die Zwiebeln durch ein Sieb geben und das Bratfett aufbewahren (als Brotaufstrich).

Den Braten in Scheiben schneiden und mit Schwarte und Zwiebeln servieren.

Tim Mälzer am 09. November 2019

Schweine-Braten

Für 5 Portionen

1,5 kg Schweinebraten (ohne Schwarte)	3 Knoblauchzehen	3 EL neutrales Öl
1 Prise Salz	1 Prise Pfeffer	100 g Möhren
100 g Knollensellerie	1 große Zwiebel	1 TL Kümmelsamen
2 Prisen Zucker	1 EL Tomatenmark	100 ml Weißwein
400 ml Gemüsefond	1 Prise Salz	1 Prise Pfeffer
3 Nelken	1 Lorbeerblatt	2 TL Senf
150 g kalte Butterstückchen	500 g Mehl	2 TL Salz
21 g frische Hefe	150 ml lauwarme Milch	1 Prise Zucker
1 Ei	1 Handvoll Semmelbrösel	

Den Backofen auf 175 °C Umluft vorheizen. Für das Fleisch das Schweinefleisch rundherum salzen und pfeffern, dann mit einem scharfen Messer mehrmals gleichmäßig einstechen. Den Knoblauch schälen, in Stücke schneiden und die Stücke in die Einstichstellen im Schweinebraten schieben. Das Öl in einen großen Bräter erhitzen und den Schweinebraten darin bei starker Hitze rundherum scharf anbraten. Für die Sauce Möhren, Sellerie und Zwiebeln schälen und in grobe Würfel schneiden. Die Würfel zum Fleisch in den Bräter geben und kurz mitbraten. Kümmel und Zucker einstreuen, das Tomatenmark einrühren und ebenfalls kurz mit anrösten. Mit dem Weißwein ablöschen und die Flüssigkeit auf die Hälfte der Menge einkochen. Den Fond und so viel Wasser angießen, dass der Bräterboden etwa 2 cm hoch bedeckt ist. Nelken und Lorbeer hinzufügen, mit Salz und Pfeffer noch einmal würzen und den Braten im heißen Ofen etwa 1,5 Stunden schmoren, dabei regelmäßig Wasser nachfüllen und nach der Hälfte der Garzeit den Braten einmal wenden.

Für die Knödel das Mehl mit 1 TL Salz in eine große Schüssel sieben. In die Mitte eine Mulde drücken, die Hefe hineinbröckeln, den Zucker dazugeben und die lauwarme Milch angießen. Die Schüssel mit einem sauberen Küchentuch abdecken und den Vorteig 15 Minuten gehen lassen. Die Eier dazugeben und alles mit den Händen oder mit den Knethaken des Handrührgeräts mindestens 5 Minuten zu einem homogenen Teig verkneten. Zum Schluss noch die Semmelbrösel dazugeben und die Masse mit der Hand nochmals gut durchkneten. Die Schüssel wieder mit einem Tuch abdecken und mindestens 30 Minuten ruhen lassen, bis sich sein Volumen deutlich vergrößert hat.

Den Teig noch einmal kräftig durchkneten, dann in 4 gleich große Stücke teilen. Jedes Stück zu einer dicken Rolle formen, nochmals abdecken und weitere 30 Minuten gehen lassen. Die Teigrollen noch einmal nachrollen und in einem großen Topf mit leicht kochendem Salzwasser je nach Größe 20-25 Minuten gar ziehen lassen. Den Braten aus dem Ofen nehmen und warm halten. Den Sud in einen Topf umfüllen und nach Belieben ein wenig weiter einkochen. Lorbeer und Nelken wieder entfernen und den Sud mit Senf, Salz und Pfeffer abschmecken. Den Topf vom Herd ziehen und die kalten Butterstückchen mit einem Schneebesen einrühren, um die Sauce zu binden. Die Teigrollen aus dem Wasser heben, abtropfen lassen und mit einem scharfen Messer in Scheiben schneiden. Den Schweinebraten ebenfalls in Scheiben aufschneiden.

Den Schweinebraten mit den Knödelscheiben auf Tellern anrichten und mit dem Sud begossen servieren.

Frank Rosin am 14. September 2019

Schweine-Filet im Gewürzmantel mit Sauerkraut

Für 4 Personen

Schweinefilet:

2,5 TL gemischter Pfeffer	1 TL Zucker	2 Schweinefilets a 350 g
Salz	5 EL Öl	

Sauerkraut:

1 Zwiebel	5 EL Olivenöl	1 kg frisches Sauerkraut
2 EL Tomatenmark	$\frac{1}{2}$ EL Honig	1 TL Kümmel
3-4 EL getrock. Cranberrys	Salz	

Schweinefilet:

Pfeffer in einer Pfanne rösten, dann im Mörser fein zerstoßen. Zucker untermischen. Schweinefilets einschneiden und die Filetspitzen umschlagen. Schweinefilets mit der Pfeffermischung und etwas Salz würzen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Schweinefilets rundherum hellbraun anbraten. Mit der Pfanne im heißen Ofen bei 150 Grad auf der mittleren Schiene 20-25 Minuten garen (Umluft nicht empfehlenswert).

Fleisch aus dem Ofen nehmen und 5 Minuten in Alufolie gewickelt ruhen lassen. In Scheiben schneiden und mit Sauerkraut servieren.

Sauerkraut:

Zwiebel in halbe Ringe schneiden. Öl erhitzen und die Zwiebelstücke darin glasig braten. Sauerkraut in ein großes Sieb geben, mit kaltem Wasser abspülen und kräftig ausdrücken.

Tomatenmark zu den Zwiebeln geben und kurz mitbraten. Honig und Kümmel dazugeben. Sauerkraut, Cranberrys und 300 ml Wasser untermischen, salzen. Unter Rühren erhitzen und zugedeckt 20-30 Minuten bei mittlerer Hitze schmoren. Zum Schweinefilet servieren.

Tim Mälzer am 14. September 2019

Schweine-Filet in Kräuterkruste, Kartoffel-Gratin, Gemüse

Für 4 Portionen

Gratin:

1 kg vorw. festk. Kartoffeln	1 EL Butter	1 Knoblauchzehe
500 g Sahne	Muskatnuss	1 Prise Salz
Pfeffer	100 g Parmesan	

Gemüse:

1 Brokkoli	1 große Zucchini	$\frac{1}{4}$ Hokkaidokürbis
2 EL Butter	Salz	Pfeffer

Fleisch:

800 g Schweinefilet	2 Prisen Salz	gemischte Kräuter
6 EL Semmelbrösel	1 Ei	4 EL Mehl
75 g Butter	2 EL neutrales Öl	

Kartoffeln schälen: Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen, der Länge nach fächerförmig einschneiden und mit der flachen Hand leicht andrücken, damit sich die Fächer öffnen. Eine Auflaufform mit 1 EL Butter einfetten und die Kartoffelfächer in der Form nebeneinander verteilen.

Gemüse schneiden: Den Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Sahne und Knoblauch in einem hohen Rührbecher mit Muskat, Salz und Pfeffer kräftig würzen, dann mit dem Stabmixer fein pürieren. Die Kartoffelfächer mit der Sahne begießen und im heißen Ofen auf mittlerer Schiene 40/45 Minuten backen. Inzwischen für das Gemüse Brokkoli, Zucchini und Kürbis waschen. Den Brokkoli in Röschen teilen, die Zucchini je nach Dicke längs halbieren oder vierteln und in 2 cm dicke Scheiben schneiden. Kürbis entkernen, das Fruchtfleisch würfeln.

Fleisch klopfen und würzen: Für das Fleisch das Schweinefilet von Fett und Sehnen befreien, in Portionsstücke schneiden und zwei Finger dick in Form klopfen.

Rundherum mit Salz würzen. Die Kräuter waschen und trocken schütteln.

Die Rosmarinnadeln von den Zweigen zupfen und mit den übrigen Kräutern fein schneiden. Die Weißbrotbrösel in einer Schüssel mit den Kräutern mischen. Die Butter in einem kleinen Topf zerlassen und unter das Semmelbrösel-Kräuter-Gemisch (mis de pain) heben.

Fleisch marinieren: Die Eier in einem tiefen Teller kurz verschlagen, das Mehl auf einen zweiten Teller geben. Die Fleischstücke von einer Seite erst in das Mehl drücken, dann durch die Eier ziehen und abschließend in die Kräuter-Brösel-Mischung drücken.

Fleisch anbraten: Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Schweinefiletstücke darin auf der Kräuterkrustenseite bei starker Hitze kräftig anbraten. Das Fleisch vorsichtig wenden und von der anderen Seite ebenfalls scharf anbraten. Die Stücke auf einem ofenfesten Teller verteilen und im heißen Ofen mit den Kartoffeln die letzten 5 Minuten fertig garen.

Gemüse anbraten: Inzwischen für das Gemüse die Butter in einer Pfanne erhitzen.

Zunächst den Kürbis darin unter gelegentlichem Rühren 34 Minuten braten. Den Brokkoli dazugeben und 4 Minuten mitbraten. Das fertige Fleisch und die Kartoffeln aus dem Ofen nehmen und kurz ruhen lassen.

In dieser Zeit die Zucchini dazugeben und alles weitere 34 Minuten braten, bis das Gemüse weich ist, aber noch etwas Biss hat. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Anrichten: Gratin und Gemüse auf Teller verteilen, das Schweinefilet mit Kräuterkruste anlegen und servieren.

Frank Rosin am 02. April 2020

Schweine-Filet in Minz-Chimichurri mit Polenta

Für 2 Personen:

350 g Schweinefilet	2 Zehen Knoblauch	3 Stängel Thymian
2 Stängel Salbei	1 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Rauchmandeln:

50 g Mandeln	3 EL Räuchermehl
--------------	------------------

Chimichurri:

1 Schalotte	0.5 Zehe Knoblauch	0.5 Zitrone
4 Stängel Minze	3 Stängel Petersilie	1 Stängel Thymian
3 EL Olivenöl	Chili, Salz	

Polenta:

50 g Polentagrieß	250 ml Gemüsefond	50 ml Schlagsahne
1 Muskatnuss	Salz	

Chicorée:

2 Chicorée	2 EL Butter	1 TL Olivenöl
0.5 TL Szechuan-Pfeffer	Salz	Rauchmandeln

Den Backofen auf 100 Grad (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Den Knoblauch abziehen und halbieren. Die Kräuter waschen und trocknen. Das Schweinefilet trocken tupfen und rundum mit Salz und Pfeffer würzen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin von allen Seiten kurz scharf anbraten. Die halbierten Knoblauchzehen und die Kräuter zum Braten mit in die Pfanne geben. Das Fleisch samt Würzzutaten auf einem Backofengitter verteilen und im vorgeheizten Backofen 20 Minuten garen.

Rauchmandeln: Einen Räuchertopf (z.B. alter Edelstahltopf mit Siebeinsatz) am Boden mit Räuchermehl bedecken. Den Siebeinsatz hineinsetzen und die Mandeln daraufgeben. Auf den Herd stellen und auf höchster Stufe erhitzen, bis das Räuchermehl zu qualmen beginnt. Die Temperatur zurückschalten und die Mandeln etwa 5 Minuten räuchern. Anschließend aus dem Topf nehmen und abkühlen lassen.

Chimichurri: Die Schalotte und den Knoblauch abziehen und sehr fein würfeln. Minze, Petersilie und Thymian waschen, trocken tupfen und die Blätter abzupfen. Die Kräuter grob hacken. Die Zitrone waschen und trocknen. Die Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Alle Zutaten in einer Schüssel mit dem Olivenöl mischen und mit Salz und etwas Chili würzen.

Polenta: Den Gemüsefond aufkochen, den Grieß einrühren und unter Rühren aufkochen. Auf niedriger Temperatur 10 Minuten ausquellen lassen. Die Sahne steifschlagen und kaltstellen. Die Polenta mit Salz und frisch geriebener Muskatnuss würzen.

Chicorée: Den Chicorée waschen, trocken tupfen und längs halbieren. Die Schnittflächen mit Olivenöl bestreichen und in einer heißen Grillpfanne 1-2 Minuten goldbraun anbraten. Die Mandeln hacken und den Szechuan-Pfeffer im Mörser zerstoßen. Beides zum Chicorée in die Pfanne geben. Die Butter dazugeben und aufschäumen. Mit etwas Salz würzen.

Anrichten: Das Schweinefilet rundum trocken tupfen und im Chimichurri wenden. Das Fleisch in Scheiben schneiden. Die Sahne unter die Polenta heben und auf Tellern verteilen. Den Chicorée dazulegen und mit der Rauchmandel-Butter beträufeln.

Johann Lafer am 21. Dezember 2019

Schweine-Filet mit Bärlauch-Kruste, Morcheln, Spargel

Für 4 Personen

50 g Bärlauch	80 g weiche Butter	Kalahari Salz, Malabar Pfeffer
80 g Toastbrot, fein gerieben	1 kg weißen Spargel	100 g Butter
800 g Schweinefilet, pariert	1 El Butterschmalz	250 g frische Morcheln
2 Schalotten	2-3 El Apfel-Balsamessig	200 ml kräftiger Kalbsfond
75 ml Sahne		

Bärlauchblätter abbrausen, trocken schütteln und grob hacken. 30 g von der Butter schmelzen und mit dem Bärlauch im Mixer fein pürieren.

Restliche Butter schaumig schlagen, mit dem Bärlauchpüree vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Zum Schluss die Weißbrotbrösel unterheben, Masse in einen Gefrierbeutel geben, ca. 3 mm dick ausrollen und für 1 Std. kalt stellen.

Inzwischen Spargel schälen, untere holzige Enden abschneiden. Stangen etwa 8 Minuten in kochendem Salzwasser garen. Danach die Stangen herausheben und in 50 g zerlassener Butter in einer großen Pfanne rundum anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Stangen warm halten.

Ofen auf 150 C° vorheizen. Schweinefilet mit Salz, Pfeffer würzen und rundum in Butterschmalz anbraten. Fleisch aus der Pfanne nehmen und für etwa 20 Minuten in den Ofen geben. Inzwischen Morcheln gründlich putzen. Schalotten schälen, fein würfeln und in 1 El Butter anschwitzen. Morcheln zufügen, kurz mitdünsten, dann aus der Pfanne nehmen, Bratansatz mit Apfel-Balsamessig ablöschen und mit Kalbsfond und Sahne auffüllen. Soße um die Hälfte einkochen lassen, restliche Butter Stückchenweise unterrühren und mit Salz, Pfeffer abschmecken.

Morcheln untermischen.

Schweinefilet mit der Kruste belegen und unter dem vor geheizten Backofengrill 3 - 4 Minuten gratinieren. Fleisch in Stücke schneiden und mit Morchelsoße und gebratenen Spargelstangen anrichten. Dazu passen am besten gekochte Salz-Kartoffeln.

Johann Lafer am 01. Dezember 2020

Schweine-Filet mit geschmortem Wirsingkohl

Für 4 Personen

500 g Schweinefilet	1 kleiner Wirsingkohl	1 kl. Glas Senfrüchte
0,2 l Sahne	0,1 l Brühe	1 (Bio-) Zitrone
2 Knollen Knoblauch	3-4 Schalotten	$\frac{1}{2}$ TL Kümmel
Zucker, Butter, Schmalz	Olivenöl, Salz, Pfeffer	

Die Blätter vom Kohlkopf lösen und wenige Minuten in Salzwasser blanchieren. In sehr kaltes Wasser legen, abtrocknen und in Scheiben schneiden. Die Schalotten schälen und in feine Lamellen teilen. Die Senfrüchte in kleine Stücke hacken, die Zitronenschale mit einem Ziselierer abziehen.

Olivenöl und Butterschmalz in einem Schmortopf erhitzen. Die Kohlblätter darin kurz farblos anschwitzen. Zwiebeln, Senfrüchte, Kümmel, Zitronenschale und Brühe hinzufügen. Alles salzen, pfeffern und leicht zuckern. Sahne und etwas Sud von den Senfrüchten angießen. Den Kohl etwa 15 Minuten bei milder Hitze schmoren lassen. Mit Zitronensaft, Zucker, Salz und Senfrüchte-Sud abschmecken.

Das Schweinefilet bei Bedarf teilen und Fettstellen, Sehnen und Silberhäute entfernen. Die Knoblauchzehen aus der Knolle brechen und mit einem Messer andrücken. Butterschmalz und Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Filet anbraten. Dabei leicht salzen. Die Knoblauchzehen mit in die Pfanne legen. Das Filet mehrmals wenden und immer wieder mit Bratensud begießen. Nach 2-3 Minuten die Hitze reduzieren und das Filet entspannt zu Ende garen lassen. Im Kern sollte die Temperatur etwa 58-60 Grad betragen, dann ist es innen schön saftig und leicht rosa.

Das Schweinefilet in Stücke schneiden und mit Meersalz und gemörsertem Pfeffer bestreuen. Mit dem Kohlgemüse servieren.

Rainer Sass am 11. August 2019

Schweine-Filet mit geschmortem Wirsingkohl

Für 4 Personen

500 g Schweinefilet	1 kleiner Wirsingkohl	1 Glas ital. Senfrüchte
200 ml Sahne	100 ml Brühe	1 Bio- Zitrone
2 Knollen Knoblauch	4 Schalotten	0.5 TL Kümmel
Zucker	Butterschmalz	Olivenöl
Pfeffer	Salz	

Die Blätter vom Kohlkopf lösen und wenige Minuten in Salzwasser blanchieren. In sehr kaltes Wasser legen, abtrocknen und in Scheiben schneiden. Die Schalotten schälen und in feine Lamellen teilen. Die Senfrüchte in kleine Stücke hacken, die Zitronenschale mit einem Ziselierer abziehen.

Olivenöl und Butterschmalz in einem Schmortopf erhitzen. Die Kohlblätter darin kurz farblos anschwitzen. Zwiebeln, Senfrüchte, Kümmel, Zitronenschale und Brühe hinzufügen. Alles salzen, pfeffern und leicht zuckern. Sahne und etwas Sud von den Senfrüchten angießen. Den Kohl etwa 15 Minuten bei milder Hitze schmoren lassen. Mit Zitronensaft, Zucker, Salz und Senfrüchte-Sud abschmecken.

Das Schweinefilet bei Bedarf teilen und Fettstellen, Sehnen und Silberhäute entfernen. Die Knoblauchzehen aus der Knolle brechen und mit einem Messer andrücken. Butterschmalz und Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Filet anbraten. Dabei leicht salzen. Die Knoblauchzehen mit in die Pfanne legen. Das Filet mehrmals wenden und immer wieder mit Bratensud begießen. Nach 2-3 Minuten die Hitze reduzieren und das Filet entspannt zu Ende garen lassen. Im Kern sollte die Temperatur etwa 58-60 Grad betragen, dann ist es innen schön saftig und leicht rosa.

Das Schweinefilet in Stücke schneiden und mit Meersalz und gemörsertem Pfeffer bestreuen. Mit dem Kohlgemüse servieren.

Rainer Sass am 28. Juni 2020

Schweine-Filet mit Waldmeister-Spargel, Mohn-Hollandaise

Für zwei Personen

Für das Schweinefilet:

300 g Schweinefilet	1 Knoblauchzehe	1 EL Butter
1 EL Marillenmarmelade	4 Zweige Rosmarin	4 Zweige Thymian
Öl	Salz	Pfeffer

Für die Mohn-Hollandaise:

1 Schalotte	1 Zitrone	1 Ei
250 Butter	100 ml Weißwein	100 ml Weißweinessig
15 g Mohn	Salz	10 Pfefferkörner
Pfeffer		

Für den Spargel:

300 g Spargel	1 Zitrone	1 EL Butter
1 EL Marillenmarmelade	2 Zweige Waldmeister	½ Vanilleschote
Butter	Zucker	Salz, Pfeffer

Für die Garnitur: frische Wildkräuter

Für das Schweinefilet: Den Backofen auf 60 Grad Umluft vorheizen.

Schweinefilet waschen, trockentupfen, parieren und von allen Seiten in Öl scharf anbraten. Im Ofen warmhalten.

Knoblauch abziehen und andrücken. Rosmarin und Thymian abbrausen und trockenwedeln. Kurz vor dem Servieren etwas Butter, Knoblauch und Marillenmarmelade sowie die Kräuter in die Pfanne des Fleisches geben und damit das Fleisch arrosieren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Mohn-Hollandaise: Schalotte abziehen, fein würfeln und in einen Topf geben.

Pfefferkörner, etwas Salz, Weißwein und Essig zugeben und so lange einkochen, bis die Flüssigkeit auf ca. 1/3 reduziert ist. Reduktion durch ein feines Sieb geben und abkühlen lassen.

Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen.

Butter im Topf schmelzen lassen und auf ca. 60 Grad temperieren.

Ei trennen und das Eigelb in der Reduktion schaumig aufschlagen, dann die flüssige Butter erst tröpfchenweise und dann in dünnem Strahl unter die Reduktion schlagen. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Mohn anrösten und zugeben.

Für den Spargel: Zitrone waschen, trockentupfen und drei Scheiben herunter schneiden.

Spargel schälen.

Einen Topf mit Wasser aufsetzen, reichlich Zucker, etwas Salz und Butter sowie die Zitronenscheiben zugeben und zum Sieden bringen.

Spargel ca. 8-10 Minuten (je nach Geschmack, bissfest oder weich) garen.

Vanilleschote der Länge nach halbieren und das Mark herauskratzen.

Waldmeister waschen, trocken wedeln, Blätter von den Stielen zupfen und grob hacken.

Eine Pfanne aufstellen und darin Butter, Vanillemark und Marillenmarmelade schmelzen, den gekochten Spargel und frisch gehackten Waldmeister zugeben und kurz darin wenden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur: Die Blätter verlesen, waschen und trockentupfen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Robin Pietsch am 28. Mai 2020

Schweine-Haxen aus dem Ofen

Für 2 Personen:

2 Schweinshaxen	6 Zwiebeln	4 Karotten
1 Sellerie	1/2 Stange Lauch	1 Flasche Malzbier
1 Schuss Bier	1/2 TL Kümmel, ganz	1 Prise Kümmel, gemahlen
1 Zitrone	2 Zweige Blattpetersilie	2 - 3 EL Butterschmalz
2 - 3 EL Speisestärke	Salz	Pfeffer

Gut gesalzenes Wasser in einem großen Topf (in den zwei Schweinshaxen passen) auf dem Herd aufkochen lassen, die Schweinshaxen hineingeben, so dass diese vollständig mit Wasser bedeckt sind und eine halbe Stunde bei mittlerer Hitze leicht köcheln lassen.

Vier Zwiebeln samt Schale halbieren, das restliche Wurzelgemüse putzen, ggf. waschen, grob schneiden und alles zu den Haxen mit in den Topf geben. Den Kümmel zugeben und das Ganze, je nach Größe der Haxen, noch etwa 1 bis 1,5 Stunden bei schwacher Hitze simmern bzw. ziehen lassen, bis die Haxen weich sind. Dabei gelegentlich das Fett und den Schaum abschöpfen, die sich an der Oberfläche des Kochwassers bilden.

Anschließend die Haxen aus dem Topf nehmen, kurz unter fließendem Wasser abspülen, auf ein Schneidebrett legen und die Schwarte mit einem scharfen Messer gleichmäßig einritzen.

Danach ringsum mit flüssigem Butterschmalz einfetten, auf ein Backblech legen und in der mittleren Schiene des auf 180-200°C vorgeheizten Backofens nochmals 30-45 Minuten knusprig braten.

In der Zwischenzeit den Kochfond durch ein Sieb passieren.

Schälen Sie die restlichen Zwiebeln und schneiden Sie diese in feine Würfel. Zwiebeln einem Topf hellbraun anschwitzen, mit dem Malzbier ablöschen und um die Hälfte einkochen lassen. Anschließend mit einigen Schöpfern (etwa die doppelte Menge des Malzbieres) des Kochfonds auffüllen, aufkochen lassen und mit etwas in kaltem Wasser angerührter Stärke binden. Die Petersilienblättchen von den Zweigen zupfen, fein hacken und in die Sauce geben. Soße mit Zitronenabrieb, Salz, Pfeffer, ggf. etwas gemahlenem Kümmel und einem kleinen Schuss Bier abschmecken. (Wem die Sauce durch das Malzbier zu süß ist, der kann nach persönlichen Geschmack einfach den Anteil des Kochfonds in der Sauce erhöhen.) Wenn die Haxen ringsum knusprig gebraten sind, vorsichtig aus dem Ofen nehmen, kurz auf dem Schneidebrett ruhen lassen, auf Tellern anrichten und mit der Sauce servieren. Als Beilagen passen hervorragend Kartoffelknödel oder Salzkartoffeln und Sauerkraut.

Alexander Herrmann am 10. Juli 2020

Schweine-Kotelett mit geschmortem Pak Choi

Für 4 Personen

3 Zweige Rosmarin	2 Knoblauchzehen	4 Schweinekoteletts
Salz	3 EL Butterschmalz	2 Zwiebeln
3 Möhren	6 Mini-Pak Choi	1 Prise Zucker
4 Zweige Thymian	200 g Erdnüsse, geröstet, gesalzen	2 EL Butter
1 TL Curry		

Den Backofen auf 120 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen und gleich ein Backblech mit in den Ofen geben.

Rosmarin abbrausen, trocken schütteln. Knoblauchzehen andrücken.

Die Kotelets kalt abbrausen, gründlich trocken tupfen und salzen.

In einer Pfanne etwas Butterschmalz erhitzen, die Kotelets darin von beiden Seiten goldbraun anbraten. Rosmarin und die angegedrückte Knoblauchzehe zugeben und mitbraten.

Dann auf das vorgewärmte Backblech ein Backpapier legen, die angebraten Koteletts mit Rosmarin und Knoblauch darauf verteilen und die Koteletts im heißen Ofen ca. 15 Minuten langsam fertig garen.

In der Zwischenzeit die Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Scheiben schneiden. Die Möhren putzen, schälen und in Streifen oder halbe Ringe schneiden.

Den Pak Choi waschen, abtropfen und längs schneiden.

In einer Pfanne etwas Butterschmalz erhitzen und Zwiebeln und Möhren bei kleiner Hitze anbraten, mit Salz und Zucker würzen, nach ca. 5 Minuten den Pak Choi dazu geben und nochmal 2-3 Minuten dünsten.

Thymian abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abstreifen.

3/4 der Erdnüsse mit Butter und Curry in einen in einen Mixer geben und zu einer Paste pürieren. Thymian zugeben und noch einmal kurz pürieren. Die Paste mit Salz abschmecken.

Die restlichen Erdnüsse hacken und zu dem Gemüse geben.

Die Koteletts aus dem Ofen holen und kurz ruhen lassen.

Je ein Kotelett auf einen Teller geben und etwas Erdnusspaste darauf geben. Mit dem Gemüse servieren. Dazu passt geröstetes Landbrot oder Kartoffelpüree.

Jacqueline Amirfallah am 11. März 2020

Schweine-Kotelett mit grünen Bohnen

Für 4 Personen

4 Koteletts	500 g grüne Buschbohnen	4 Zweige Salbei
0,2 l Weißwein	1 Zweig Bohnenkraut	1-2 EL Butterschmalz
2 EL Butter	1 EL Olivenöl	3-4 Zweige Petersilie
1- 2 TL Meersalzflocken	Salz	weißer, schwarzer Pfeffer

Backofen auf 80°C Umluft vorheizen.

Bohnen putzen und in Salzwasser bissfest blanchieren, in Eiswasser abschrecken, kurz zur Seite stellen.

Den Fettrand der Koteletts einschneiden. Große Edelstahl-Pfanne erhitzen, Koteletts hineinlegen und dann noch etwas Butterschmalz mit in die Pfanne geben und die Koteletts von beiden Seiten für ca. je 2 Minuten heiß anbraten und anschließend in einer Backform geben, das überschüssige Fett darüber gießen, dann im Ofen warm stellen (80°C Umluft) und für 8-10 Minuten gar ziehen lassen.

Salbei in die Pfanne geben, etwas Butter dazu, mit dem Weißwein ablöschen, mit Salz und weißem Pfeffer würzen, etwas reduzieren und dann zum Schluss unter Rühren mit der restlichen Butter abbinden.

Parallel in einer zweiten Pfanne mit etwas Olivenöl die Bohnen mit dem Bohnenkraut durchschwenken, dabei mit Salz und weißem Pfeffer würzen und zum Schluss gehackte Petersilie unterheben.

Bohnen ohne Bohnenkraut auf Tellern anrichten, die Koteletts darauf platzieren, mit schwarzem Pfeffer und Meersalzflocken würzen und die Sauce mit Salbei darüber geben.

Björn Freitag am 01. Februar 2020

Schweine-Kotelett mit Nudel-Salat

Für 4 Personen

Koteletts:

2 Schweinekoteletts (3cm)	1 Schalotte	2 Zehen Knoblauch
1 Zweig Rosmarin	3 Zweige Thymian	2 EL Honig
Meersalz	Pfeffer	Butterschmalz
Olivenöl	Aprikosenmarmelade	

Nudelsalat:

250 g Orecchiette	2 EL Joghurt	2 EL Mayonnaise
3 Tomaten	2 Gewürzgurken	2 Sch. Kochschinken
3 EL Gurkenwasser	1 TL Senf	Salz
Pfeffer	Zucker	

Koteletts:

Den Fettrand der Koteletts mehrmals einschneiden. Butterschmalz und Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Koteletts darin goldbraun anbraten. Die Hitze reduzieren und die Koteletts bei milder Hitze etwa 4-5 Minuten fertig garen. Dabei eine halbierte Schalotte, die angedrückten Knoblauchzehen und die Hälfte der Kräuter mit in die Pfanne geben.

Die Koteletts aus der Pfanne nehmen, leicht mit Honig bestreichen und mit Meersalz, Pfeffer sowie fein gehackten Kräutern bestreuen. Die Koteletts in Scheiben schneiden und zum Nudelsalat servieren.

Als Dip jeweils 1-2 Löffel Aprikosenmarmelade hinzufügen.

Nudelsalat:

Nudeln in Salzwasser bissfest garen und abtropfen lassen. Tomaten entkernen und das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Gewürzgurken ebenfalls würfeln. Schinken in längliche Streifen schneiden, dann in Stücke teilen.

Mayonnaise und Joghurt verrühren. Gurken, Tomaten, Schinken und die Pasta hinzufügen. Alles verrühren und mit Gurkenwasser, Senf, Salz, Zucker und Pfeffer abschmecken.

Rainer Sass am 01. März 2020

Schweine-Koteletts mit Apfel-Speck-Kartoffeln

Für 4 Personen:

800 g vorw. festk. Kartoffeln	2 Zweige Rosmarin	1/2 Bund Thymian
100 g milder Speck (dicke Scheiben)	2 Knoblauchzehen	2 säuerliche mürbe Äpfel
4 Schweinekoteletts à ca. 300 g	4 EL Olivenöl	1-2 EL grober Dijon-Senf
150 ml Weißwein	Meersalz	Pfeffer

Die Kartoffeln schälen, waschen, in Würfel schneiden, in kochendem Salzwasser ca. 15 Minuten garen, abgießen, wieder in den Topf geben und etwas ausdampfen lassen.

Die Kräuter waschen und trocken schütteln. Den Pancetta in Streifen schneiden. Den Knoblauch schälen und leicht andrücken. Die Äpfel vierteln, schälen, die Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch in Würfel schneiden.

Den Backofen mit einer ofenfesten Form darin auf 140°C vorheizen.

Die Koteletts waschen, mit Küchenpapier trocken tupfen, den Fettrand mehrmals einschneiden und die Koteletts leicht mit Salz würzen. In einer Pfanne mit 2 EL erhitztem Olivenöl auf jeder Seite ca. 3 Minuten anbraten. Auf beiden Seiten dünn mit Senf bestreichen, in die ofenfeste Form legen und mit etwas Pfeffer würzen. Knoblauch, Rosmarin und Thymian darum herum verteilen. Die Koteletts im Ofen auf mittlerer Schiene 15 - 20 Minuten gar ziehen lassen.

In einer 2. Pfanne das restliche Olivenöl erhitzen, die Pancettastreifen darin knusprig braten und herausnehmen. Die Kartoffelwürfel ins Bratfett geben und goldbraun anbraten. Die Apfelwürfel dazugeben und kurz mitbraten. Den Wein hinzufügen und einkochen lassen. Wenn die Kartoffeln leicht zerfallen, alles mit dem Kartoffelstampfer grob zerdrücken. Den Pancetta wieder dazugeben und die Apfel-Speck-Kartoffeln mit Meersalz und Pfeffer abschmecken. Nach Belieben noch etwas Olivenöl untermischen.

Die Koteletts aus dem Ofen nehmen, mit Meersalz und Pfeffer würzen und mit den Apfel-Speck-Kartoffeln anrichten.

Cornelia Poletto am 30. Januar 2020

Schweine-Krusten-Braten mit Ingwer-Karotten

Für 4 Personen

Braten:

1 kg Schweineschulter Salz

Karotten:

1-2 Bund Möhren 1 EL Honig 1-2 EL gehackter Ingwer

1 Zehe gehackter Knoblauch 2 EL Zitronensaft Olivenöl, Salz

½ Bund Koriander 1-2 EL Sesam

Sojasoße:

200 ml milde Sojasoße 2 Äpfel 1 Zwiebel

1 Zehe gehackter Knoblauch 4 EL Honig 4 EL dunkler Balsamicoessig

1 Stange Zitronengras frischer Koriander

Braten:

Den Krustenbraten mit der Schwarte nach unten in einen Topf mit Wasser geben. Die Schwarte sollte komplett im Wasser sein.

Das Ganze circa 15-20 Minuten garen. Danach das Fleisch aus dem Wasser nehmen und die Schwarte einschneiden.

Nun den Braten bei 160 Grad Umluft für 30 Minuten mit der Schwarte nach oben im Ofen garen. Anschließend die Temperatur auf 180-200 Grad erhöhen und für weitere 15-20 Minuten garen. Die Kruste sollte schön kross sein.

Karotten:

Die Möhren putzen und nach Bedarf schälen. Anschließend mit Öl, Honig, Zitronensaft, Ingwer und Knoblauch marinieren und mit Salz würzen.

Bei 160 Grad Umluft für 15-20 Minuten im Ofen garen. Vor dem Servieren mit frisch geschnittenem Koriander und Sesam garnieren.

Sojasoße:

Die Apfel schälen und in feine Würfel schneiden. Alle Zutaten in einen Topf geben und etwas einkochen. Zitronengras und Koriander vor dem Servieren entfernen.

Den Krustenbraten mit der fertigen Soße nach dem Aufschneiden einpinseln und sofort servieren.

Tarik Rose am 09. September 2019

Schweine-Lende indisch

Für 4 Portionen

230 g Pfirsiche (Dose)	142 g Ananasscheiben (Dose)	800 g Schweinemedallions
150 g frische Erbsen	200 g Reis	1 EL Öl
Salz	Pfeffer	200 g Butter
4 Eigelbe	1 TL Weißwein	1 TL Currypulver
1 TL Puderzucker	Petersilie	

In einem Topf Wasser erwärmen. Den Deckel der Pfirsich- und Ananasdosen abnehmen und die geöffneten Dosen in den Topf mit warmem Wasser stellen.

Die Schweinemedallions etwas flach drücken.

Die Erbsen aus der Schale heraus pulen.

Verbraucher.wdr.de © WDR 2020 Seite 2 von 2 Den Reis in Salzwasser gar kochen. Kurz vor Ende der Garzeit die Erbsen zugeben.

Schweinemedallions mit 1 EL Öl in eine Grillpfanne von beiden Seiten braten.

Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen.

Gleichzeitig Butter bei schwacher Hitze in einem Topf schmelzen.

Das Eigelb vom Eiweiß trennen. Die Eigelbe in eine Edelstahlschüssel geben, einen Schuss Weißwein zufügen und über einem heißen Wasserbad einige Minuten mit dem Schneebesen aufschlagen.

Zuerst einige Buttertröpfchen zugeben, dann unter ständigem Rühren in einem dünnen Strahl die restliche Butter zufügen. Mit Curry und Puderzucker würzen.

Auf die Schweinemedallions erst ein Stück Ananas und dann einen halben Pfirsich legen. Sauce über die Schweinemedallions geben, mit Petersilie garnieren und zusammen mit dem Erbsenreis servieren.

Björn Freitag am 03. Oktober 2020

Schweine-Nacken mit eingelegten Zwiebeln und Paprika

Für 4 Personen

Für die eingelegten Zwiebeln:

1/2 Knoblauchzehe	1 Lorbeerblatt	2 Gewürznelken
2 Wacholderbeeren	6 Korianderkörner	6 Senfkörner
6 weiße Pfefferkörner	200 ml Apfelsaft	200 ml weißer Portwein
200 ml trockener Wermut	20 ml Estragonessig	2 weiße Zwiebeln

Für die Sauce:

350 ml Tomatensaft	200 ml Cola	1 Bio-Limette
1 Prise Piment-d'Espelette	geräuchertes Paprikapulver	

Für die Ofen-Paprika:

2 rote Paprika	2 EL Olivenöl	Salz
2 Stängel Kerbel	2 Stängel Blattpetersilie	

Zusätzlich:

50 g Portulak (Rucola)	1 Zwiebel	1 EL Butterschmalz
1 EL Mandeln	4 Schweinenackensteaks à 150 g	Salz

Am Vortag für die eingelegten Zwiebeln Knoblauch schälen und mit Lorbeerblatt, Gewürznelken, Wacholderbeeren, Koriander, Senfkörner und Pfefferkörnern im Mörser grob zerstoßen. Apfelsaft, Portwein, Wermut, Estragonessig mit den gemörserten Gewürzen in einen Topf geben und die Flüssigkeit um etwas mehr als die Hälfte einkochen.

Anschließend den Fond durch ein feines Sieb passieren.

Den Backofen auf 100 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die Zwiebeln schälen, in ca. 3 mm dicke Scheiben schneiden, diese auf ein tiefes Backblech verteilen, leicht salzen und dem passierten Fond begießen.

Mit einem zweiten Backblech abdecken und im vorgeheizten Ofen 50 Minuten garen.

Anschließend die Zwiebeln mit der Flüssigkeit abkühlen, kaltstellen und 12 Stunden durchziehen lassen.

Am nächsten Tag für die Sauce den Tomatensaft durch ein feines Sieb passieren und mit Cola in einem Topf sirupartig einkochen. Limette heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen.

Den Sirup mit Limettenschale, -saft, Piment d'Espelette und Paprikapulver abschmecken.

Für die Ofen-Paprika den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die Paprika waschen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen.

Paprika auf ein Backblech setzen. Mit etwas Olivenöl bepinseln und mit Salz würzen. Im vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten garen, bis die Haut Blasen wirft.

Die Paprikaviertel herausnehmen, etwas abkühlen lassen und anschließend die Haut entfernen.

Dann Paprika in längliche Streifen schneiden und mit restlichem Olivenöl bepinseln.

Kerbel und Petersilie abrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden. Die Kräuter über die Paprikastreifen streuen.

Portulak abrausen, trocken schütteln.

Die Zwiebel schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit Butterschmalz goldbraun rösten.

Die Mandeln in einer Pfanne ohne Fett rösten, anschließend grob hacken und mit den gerösteten Zwiebeln vermischen.

Die Schweinenackensteaks in einer Grillpfanne von beiden Seiten kräftig anbraten.

Die Grillfunktion oder höchste Stufe Oberhitze des Backofens einschalten.

Die Steaks auf ein Backofengitter setzen, mit der Sauce bestreichen und im Ofen kurz karamellisieren. Herausnehmen und salzen.

Die eingelegten Zwiebeln und die Paprikastreifen auf vorgewärmten Tellern anrichten.

Den Mandel-Zwiebel-Mix dazwischen verteilen. Den Portulak auf das Gemüse geben, den karamellisierten Schweinenacken anlegen.

Michael Kempf am 22. September 2020

Schweine-Rücken mit Rosenkohl-Salat und Birne

Für 4 Personen

Für den Schweinerücken:

500 ml Wasser 40 g Salz 600 g Schweinerücken
Öl

Für die Walnüsse:

2 EL Walnusskernhälften 1 EL Puderzucker Salz

Für den Rosenkohlsalat:

14 große Rosenkohl-Röschen Salz 1 Schalotte
2 Birnen, reif 2 EL Traubenkernöl 1 EL Walnussöl
1 EL Estragonessig 1 TL Senf, scharf Pfeffer, weiß
gemahlener Kümmel

Für den Rosenkohl:

12 große Rosenkohl-Röschen Pflanzenöl Salz

Das Wasser und Salz in einen Topf geben, aufkochen und dann wieder auskühlen lassen.
Vom Schweinerücken die eventuell noch aufliegenden Silberhäute entfernen. Das Fleisch kalt abrausen, trocken tupfen. Den Fettdeckel fein einschneiden.
Das Rückenstück dann in der Salzlake 20 Minuten einlegen.
Die Walnüsse grob hacken.
Nüsse in einer Pfanne ohne zusätzliches Fett goldgelb rösten.
Den Puderzucker überstreuen und karamellisieren. Mit wenig Salz würzen und direkt auf einen Teller zum Abkühlen geben.
Das Fleisch aus der Lake nehmen und sorgfältig abtropfen.
Den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen.
Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Das Rückenstück auf der Fleischseite kurz und heiß anbraten. Den Schweinerücken wenden, die Temperatur reduzieren. Die Fettseite des Fleisches bei niedriger Temperatur kross auslassen.
Das Fleisch dann mit der Fettseite nach unten auf ein Ofengitter setzen. Im heißen Backofen ca. 20 Minuten, bis zu einer Kerntemperatur von etwa 72 Grad, garen.
Den gesamten Rosenkohl putzen, waschen, abtropfen lassen und die Rosenkohlroschen in Blätter zerteilen. Rosenkohlblättchen für die Garnitur zunächst zur Seite stellen.
Die Rosenkohlblättchen für den Salat in kochendem, gut gesalzenem Wasser kurz blanchieren. Direkt in eisgekühltem Wasser abschrecken und dann sehr gut abtropfen lassen.
Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und zugedeckt mindestens 5 Minuten ruhen lassen.
Das Fleisch erst kurz vor dem Anrichten dünn aufschneiden.
Die Schalotte schälen und in sehr feine Würfel schneiden.
Die Birnen nach Belieben waschen, trocken reiben oder schälen und in dünne Spalten (pro Person 4-5) schneiden.
Die beiden Öle mit dem Essig, den Schalottenwürfeln und dem Senf verrühren und mit Salz, Pfeffer und dem gemahlene Kümmel abschmecken. Die Birnen darin marinieren.
Das Pflanzenöl in einer Fritteuse oder einem hohen Topf auf etwa 160 Grad erhitzen.
Die Rosenkohlblättchen für die Garnitur darin portionsweise goldgelb frittieren. Auf einem Küchenpapier gut abtropfen lassen und salzen.
Kurz vor dem Anrichten den Schweinerücken quer zur Faser in feine Scheiben aufschneiden. Die Fleischscheiben fächerförmig flach auf Tellern anrichten.
Die marinierten Birnenspalten darauf verteilen.
Die vorbereiteten, blanchierten Rosenkohl-Blättchen mit der restlichen Birnen-Marinade vermischen.

Frittierten Rosenkohl und Rosenkohlsalat auf dem Fleisch verteilen. Karamellierte Walnüsse darauf verteilen und alles servieren.

Michael Kempf am 17. November 2020

Schweinehals-Steak mit Kräuter-Butter und Bohnen-Salat

Für 4 Personen

Für die Kartoffeln:

600 g Kartoffeln, festk. Salz 2 EL Butterschmalz
Pfeffer

Für die Kräuterbutter:

3 Stängel glatte Petersilie 3 Stängel Estragon 3 Stängel Basilikum
1/2 Bund Schnittlauch 1 Knoblauchzehe 150 g Butter etwas Salz
Pfeffer 1 Msp. Paprikapulver, edelsüß 1 Spritzer Zitronensaft

Für das Fleisch:

3 EL Olivenöl Pfeffer 2 Zweige Zitronenthymian
4 Schweinehalssteaks á 180 g

Für den Bohnensalat:

300 g grüne Bohnen 2 Stängel Bohnenkraut Salz
1 rote Zwiebel 1 EL Himbeeressig 1 EL weißer Balsamico
Pfeffer 4 EL Sonnenblumenöl

Kartoffeln waschen und in Salzwasser garen, dann abgießen, ausdampfen lassen und anschließend pellen.

Für die Kräuterbutter die Kräuter abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken.

Die weiche Butter mit einem Schneebesen aufschlagen, Knoblauch, Kräutern, Salz, Pfeffer, Paprika und Zitronensaft zugeben und gut vermischen.

Dann auf ein Backpapier geben und zu einer Rolle aufrollen und kühl stellen. (Man kann die Butter auch in einen Spritzbeutel mit Sterntülle geben und kleine Tupfer Kräuterbutter auf einen Teller aufdressieren und kühl stellen.)

Für das Fleisch das Öl in eine flache Schale geben und mit 1 Prise Pfeffer verrühren. Zitronenthymian abbrausen, trocken schütteln und zum Öl geben. Die Steaks einlegen und 30 Minuten im Öl ziehen lassen.

Die Bohnen putzen, waschen und abtropfen lassen. Bohnen mit dem Bohnenkraut in einen Topf geben, mit Wasser bedecken, salzen und ca. 8 Minuten bissfest kochen.

Dann abgießen und in eisgekühltem Wasser abschrecken und abtropfen. Das Bohnenkraut entfernen.

Die Bohnen nach Wunsch halbieren bzw. in 4 cm lange Stücke schneiden.

Die Zwiebel schälen und fein schneiden.

Aus Essig, Balsamico, einer Prise Salz, Pfeffer und Sonnenblumenöl ein Dressing mischen. Zwiebel zu den Bohnen geben, das Dressing angießen und gut untermischen. Den Salat etwas durchziehen lassen, kurz vor dem Servieren nochmal abschmecken.

Gekochte und gepellte Kartoffeln in Scheiben schneiden

Butterschmalz in eine Pfanne geben die Kartoffeln bei großer Hitze schwenken, bis sie leicht Farbe angenommen haben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Steak salzen und in einer heißen Pfanne von beiden Seiten je ca. 2-3 Minuten braten.

Die gekühlte Kräuterbutterrolle auspacken und in Scheiben schneiden.

Steaks anrichten, jeweils etwas Kräuterbutter darauf geben. Mit Bohnensalat und gebratenen Kartoffeln servieren.

Otto Koch am 13. Juni 2019

Schweinerücken-Steaks mit Chorizo-Spinat-Füllung

Für 4 Personen:

150 g frischer Blattspinat	6 Schalotten	100 g Chorizo
1 kleine Knoblauchzehe	2 EL Butter	2 EL Pinienkerne
4 EL gekochte Graupen	4 EL Parmesan	200 ml Sahne
2 Eier	Salz	Pfeffer
4 Schweinerückensteaks (a 170 g)	3 EL Öl	300 ml Kalbsfond
1 TL scharfer Senf	2 EL Cognac	

Den Spinat putzen, entstielen und gründlich waschen. Blätter gut abtropfen lassen, aufgetauten Spinat gut ausdrücken. Grob hacken.

Schalotten und Knoblauch schälen und würfeln.

Zwei Drittel der Schalotten und den Knoblauch und die gewürfelte Chorizo in einer Pfanne in der Butter anschwitzen. Den Spinat zugeben und unter Rühren zusammenfallen lassen. Pinienkerne, Graupen und Parmesan darunterrühren.

100 ml Sahne mit den Eiern aufschlagen und mit dem Spinat vermengen. Die Masse bei sanfter Hitze so lange rühren, bis das Ei stockt. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Mit einem großen Messer jeweils eine tiefe Tasche in die Steaks schneiden. Die Steaks mit Salz und Pfeffer würzen. Den Ofen auf 180°C vorheizen. Die Füllung in die Taschen der Steaks füllen und diese mit Zahnstochern verschließen.

Die Steaks im Öl beidseitig anbraten. Das Fleisch auf eine ofenfeste Platte geben, 8 Minuten im Backofen garen lassen. Die Ofentür öffnen, bis die Temperatur auf 80°C reduziert ist, und die Steaks noch 10 weitere Minuten sanft garen.

Inzwischen im Bratensatz die übrigen Schlotten anschwitzen. Mit Kalbsfond und restlicher Sahne ablöschen und sämig einkochen lassen.

Die Sauce mit Salz, Senf und Cognac abschmecken und zu den Steaks servieren.

Christian Henze am 19. Juli 2019

Spanferkel-Rollbraten

Für 8 Personen

2 kg Spanferkel-Rücken mit Bauch	500 g Hackfleisch	300 g Bacon
500 g Röstzwiebeln	1 Bund glatte Petersilie	Salz, Pfeffer
2 EL Dijon-Senf	2 Knoblauchzehen	gemahl. Kümmel, Paprika

Den Backofen auf 200°C vorheizen.

Die Bratenschnur der Spanferkel-Rolle aufschneiden. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen, mit Dijon-Senf einstreichen, gequetschten Knoblauch darauf verteilen, die Flächen mit Bacon belegen, das Hackfleisch verteilen, mit Röstzwiebeln und gehackter Petersilie bestreuen.

Den Braten zusammenrollen, mit einer Bratenschnur zusammenbinden, mit Kümmel Pfeffer, Salz, Paprika einreiben und auf einem Rost in den Backofen schieben.

Den Rollbraten mit einem Braten-Thermometer beobachten. Bei einer Innentemperatur von 80°C ist der Braten fertig.

Dazu passt Sauerkraut mit Rum-Rosinen (siehe Kategorie Beilagen) und Rosmarin-Kartoffeln.

NN am 28. September 2019

Szegediner Gulasch

Für 4 Personen

500 g Schweineschulter	Salz	Pfeffer
1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	5 EL Butterschmalz
1 EL Tomatenmark	1 TL Kümmelsamen	1 EL Paprikapulver, edelsüß
1 TL Paprikapulver, scharf	500 ml Fleischfond	1 EL Mehl
1 Lorbeerblatt	3 Pimentkörner	2 Wacholderkörner
500 g Sauerkraut	150 g saure Sahne	1 Bund glatte Petersilie

Die Schweineschulter parieren, trockentupfen und in ca. 3 cm große Stücke schneiden.

Die Fleischwürfel mit Salz und Pfeffer würzen.

Zwiebeln und Knoblauch abziehen. Zwiebeln in feine Würfel schneiden, Knoblauch hacken.

Butterschmalz in einem Bräter erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin anbraten.

Tomatenmark und Kümmel zugeben und anrösten.

Fleisch und Sauerkraut in Wechsel in den Bräter einschichten. Beide Paprikasorten jeweils darüber stäuben.

Etwa 375 ml Fond oder Wasser zugeben. Nach Belieben Mehl darüber stäuben.

Lorbeerblatt, Piment, Wacholderkörner, Salz und Pfeffer ebenfalls zugeben. Das Gulasch zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 2,5 Stunden schmoren.

Saure Sahne verrühren.

Petersilie abbrausen und fein schneiden.

Gulasch jeweils mit einem Klecks saurer Sahne und Petersilie anrichten.

Dazu passen Bauernbrot, Baguette, Salzkartoffeln oder Semmelknödel. So wird es noch würziger. Fleischwürfel mit 5 EL Öl (statt Butterschmalz) und beiden Paprikasorten in einer Schüssel mischen und etwa 1 Stunde marinieren. Wer mag, kann das Fleisch auch portionsweise anbraten. Dann Zwiebeln und Knoblauch im Bratfett andünsten und anschließend wie im Rezept verfahren. Das Gulasch kann auch im Backofen bei 180 Grad Ober- und Unterhitze 2,5 Stunden geschmort werden.

Rainer Klutsch am 03. Januar 2020

Zwiebeln, Kartoffeln und Schweine-Braten al forno

Für 6 Personen

5 mittelgroße rote Zwiebeln	1 ganze Knoblauchknolle	1,5 kg festk. Kartoffeln
200 g Butter	1 Bund frischer Rosmarin	350ml Balsamico-Essig
Olivenöl	Meersalz, Pfeffer	

Für den Schweinebraten:

1,5 kg Schweinerücken	1 kl. Bd. frischer Rosmarin	2 EL gemahlene Fenchelsamen
6 Knoblauchzehen	1 mittelgroße rote Zwiebel	2 Stangen Staudensellerie
4 Lorbeerblätter	1/4 Liter Weißwein	natives Olivenöl extra

Den Backofen auf 200°C vorheizen.

Die Kartoffeln schälen, längs vierteln, in kochendem Salzwasser ca. 8 Minuten garen.

Dann abgießen und den Topf auf dem Herd hin und her rütteln, damit die Restfeuchtigkeit verdampft.

Für den Braten eine Handvoll fein gehackte Rosmarinblätter auf einem großen Brett verteilen. Etwas Salz, Pfeffer und gemahlene Fenchelsamen darüberstreuen. Vom Schweinebraten die Schwarte entfernen, das Fett kreuzweise einschneiden. Den Braten in den Gewürzen hin und her rollen.

Einen großen Bräter auf dem Herd bei mittlerer bis starker Hitze heiß werden lassen.

Etwas Olivenöl zugeben und den Braten mit der Fettseite nach unten hineinlegen. Die auf dem Brett verbliebenen Gewürze darüberstreuen.

Wenn das Fett goldbraun ist, den Braten wenden und Knoblauch, Zwiebeln, Sellerie und Lorbeerblätter zugeben. Auf der 1/2 untersten Backofenleiste 1 Stunde braten. Nach 30 Minuten mit dem Bratensaft begießen. Das Fleisch eventuell die letzten 20 Minuten mit einem befeuchteten Stück Pergamentpapier abdecken, damit es nicht zu dunkel wird.

Die Zwiebeln schälen und je nach Größe halbieren oder vierteln. In einem 2. Bräter, in dem die Kartoffeln nebeneinander Platz haben, auf dem Herd erhitzen und einen Schuss Olivenöl hineingießen. Zuerst die Butter, die gehackten Rosmarinblätter und den geviertelten oder zerdrückten Knoblauch, dann die Kartoffeln hineingeben und alles vermischen. Zwiebeln und Balsamico-Essig zufügen, salzen, pfeffern und 5 Minuten auf dem Herd garen, bis der Essig etwas eingekocht ist. Dann den Bräter in den Ofen schieben und das Gemüse ca. 50 Minuten braten, bis es schön knusprig und dunkelbraun karamellisiert ist. Nach der Hälfte der Zeit Zwiebeln und Kartoffeln gut umrühren.

Den fertigen Braten auf einer Platte 10 Minuten ruhen lassen. Das meiste Fett aus dem Bräter abgießen. Knoblauch und Zwiebeln zerdrücken. Weißwein zugießen und auf dem Herd um die Hälfte einkochen lassen. Dabei den würzigen Bratensatz losrühren.

Eventuell die Sauce nachwürzen. Die Sauce durch ein Sieb passieren.

Den Braten in Scheiben schneiden und mit der Sauce und den Zwiebeln und Kartoffeln servieren.

Jamie Oliver am 28. Dezember 2019

Index

- Avocado, 43
- Bäckchen, 17, 59
- Bauch, 1, 31, 32, 35, 41, 46, 60
- Blumenkohl, 1
- Bohnen, 5, 56
- Braten, 2, 3, 14, 31, 34–37, 60, 62–64, 78, 87
- Bratkartoffeln, 15
- Brokkoli, 46, 66
- Chicoree, 67
- Duroc, 6, 7
- Eisbein(Haxe), 8, 25, 73
- Erbsen, 8, 79
- Fenchel, 27
- Filet, 4, 9, 16, 18, 21, 22, 41, 48, 55–57, 65–72, 79
- Fleisch, 9, 10, 20, 37, 49, 50, 56, 76, 78
- Geschnetzeltes, 18, 19
- Grünkohl, 20, 31
- Gulasch, 52, 86
- Gurke, 9, 11, 47, 51, 60, 76
- Iberico, 26, 28
- Kürbis, 66
- Kasseler, 20
- Knödel, 25, 62
- Kohlrabi, 13, 22
- Kotelett, 5, 6, 15, 16, 29, 38, 39, 74–77
- Kraut, 25, 42
- Lauch, 3, 7, 51, 73
- Möhren, 2, 10, 12, 17, 19, 35, 38–40, 44, 45, 51, 54, 60, 64, 73, 74, 78
- Medaillons, 22, 56, 79
- Nacken, 11, 14, 20, 26, 33, 49, 51, 53, 54, 56, 63, 80
- Nudeln, 8
- Pak-Choi, 74
- Paprika, 6, 9, 40, 44–46, 55, 85
- Pastinaken, 34, 54
- Pilze, 2, 7, 12, 18, 26, 29, 30, 40, 43, 44, 58, 68
- Polenta, 67
- Rösti, 18, 58
- Rüben, 49
- Rücken, 13, 43, 82, 85
- Radieschen, 11, 25, 32, 35, 60
- Reis, 19, 52, 79
- Rettich, 42, 50, 71
- Rippchen, 23
- Rosenkohl, 4, 82
- Rote-Bete, 13, 29, 39, 59
- Rotkraut, 2, 71
- Roulade, 43
- Rucola, 3, 57
- Sauerkraut, 65, 86
- Schaschlik, 53–55
- Schnitzel, 7, 27, 30, 42, 58
- Schoten, 1, 40, 44, 52
- Schwarzwurzeln, 31
- Schweine-Hals, 2, 19, 30, 45, 84
- Sellerie, 2, 10, 12, 19, 34, 45, 59, 64, 71, 73, 87
- Spanferkel, 12, 85
- Spargel, 68, 72
- Spinat, 15, 16, 71, 85
- Spitzkohl, 27, 33
- Steak, 11, 13, 23, 40, 43, 44, 80, 84, 85
- Steckrübe, 17
- Topinambur, 71
- Weißkohl, 25, 35, 42, 45
- Wirsing, 58, 62, 69, 70
- Zucchini, 18, 19, 40, 44, 57, 66