

Eisbein und Erbsen

Für 6-8 Personen:

3 Schinkenhexen (ca. 2,3 kg)	2 Lauch	1 Stück Sellerie
3 Karotten	Olivenöl	2 frische Lorbeerblätter
100 g Perlgerste	1 L Hühnerbrühe	400 g TK-Erbsen
frische Petersilie	1 EL Minzsauce	

Am Tag bevor Sie dieses Rezept kochen, weichen Sie die Schinkenricks über Nacht in einem Topf mit kaltem Wasser ein.

Am nächsten Tag die Haxen abtropfen lassen, den Topf mit frischem kaltem Wasser auffüllen und zum Kochen bringen. Entsorgen Sie das salzige Wasser, spülen Sie die Sprunggelenke ab und wiederholen Sie es noch einmal.

Schneiden und würfeln Sie Lauch, Sellerie und Karotten in Ihrer Küchenmaschine.

Das Gemüse mit einer Prise Meersalz, schwarzem Pfeffer und den Lorbeerblättern in eine Auflaufform geben. Schwitzen Sie bei mittlerer Hitze für 15 Minuten oder bis das Gemüse weich, aber nicht gefärbt ist, und rühren Sie gelegentlich.

Die abgetropften Haxen, Perlgerste und Hühnerbrühe datieren. Zum Kochen bringen und dann mit dem Deckel auf 3 Stunden bei mittlerer bis niedriger Hitze kochen oder bis das Fleisch sehr zart ist. Überprüfen Sie es gelegentlich und decken Sie es mit mehr heißem Vorrat oder Wasser auf, wenn es zu trocken wird.

Mit einer Zange die Haxen auf ein sauberes Brett geben und vorsichtig das gesamte Fett und die Knochen entfernen. Zerkleinern Sie das Fleisch und bringen Sie es in die Brühe zurück. Die Hitze aufdrehen und die Erbsen hinzufügen.

Wenn sie zart sind, pflücken, fein hacken und die Petersilie zusammen mit der Minzsauce unterrühren.

Mit Brot und englischem Senf servieren.

Jamie Oliver am 13. November 2021