Sauerfleisch Norddeutsche Art

<u>Zutaten</u>
500g Schweinehals
20g Nitrit Pökelsalz
220g Weißweinessig
550g Wasser
1 große Zwiebel
10 -12 Pfefferkörner
1 -2 Kugeln Piment
1 Nelke
15 - 20 Wacholderbeeren
1 Lorbeerblatt
3 EL Zucker
½ TL Salz
2 Tüten Gelatine Fix (Dr. Oetker)

Ich habe in diesem Rezept das Fleisch selber gepökelt so das es am Ende rosa ist
Es geht auch ohne pökeln, dann ist das Fleisch halt grau schmeckt aber genauso.
Nicht gepökelt muss die Salzmenge auf 1 ½ - 2 TL erhöht werden.

Das pökeln!
Zum pökeln das Fleisch mit dem Pökelsalz einreiben, in Frischhaltefolie wickeln und zusätzlich in einem Gefrierbeutel geben.
Für 3 Tage im Kühlschrank lagern und ein bis zweimal drehen

So funktioniert es!
Gewürze geben wir in ein Tee-Ei. So bleibt die Gelatine schön sauber.
Tee – Ei, Essig, Wasser, die Zwiebel in grobe Ringe geschnitten, Zucker und Salz in einem Topf zum Kochen bringen.
Etwas 5 Minuten kochen lassen.
Das Fleisch, in grobe Würfel schneiden.
In etwas so groß wie Gulasch und in den Sud geben.
Einmal richtig aufkochen lassen.
Die Hitze, reduzieren, dass es nur noch leicht köchelt. 40 – 50 Minuten im Sud mit Deckel garen.
Das Fleisch, mit der gewünschten Menge an Zwiebeln in eine Schüssel geben.
500ml vom Sud, durch ein feines Sieb auffangen und etwas abkühlen lassen.
Die beiden Gelatine Beutel einrühren und über das Fleisch geben so das es knapp bedeckt ist.
Voll auskühlen lassen und über Nacht in den Kühlschrank geben.
Mit knusprigen Bratkartoffeln serviert ist es ein Gedicht

Guten Appetit!

www.witt-pc.de

Peter Witt selbstständiger Direktor bei Pampered Chef Flurweg 7, 86871 Rammingen Tel. 0171 46 58 481