Knoblauch Braten

Aus dem Schweinehals

Zutaten

1,3kg Schweine Nacken Braten
½ Stange Lauch
Ca, 150g Knollensellerie
2 Karotten
2 Zwiebeln
10 -12 Zehen Knoblauch
1,3 Liter Gemüsebrühe Instand
60ml Sahne
1TL Speisestärke
70g Tomatenmark
1 EL Senf
2 Lorbeerblätter
15 – 20 Wacholderbeeren
½ TL Cayenne Pfeffer
Salz und Pfeffer

So funktioniert es!

Gemüsebrühe mit heißem Wasser aufgießen.
In die Brühe ½ TL Cayenne Pfeffer und das Tomatenmark auflösen
Das Gemüse grob schneiden und mit etwas Öl in einem Topf scharf anbraten.
Mit ca. 100ml von der Brühe ablöschen und wieder anbraten bis es am Topfboden, dunkel ansetzt.
Das sollte mindesten 3x wiederholt werden.
Am Schluss noch mal ablöschen und 1 Liter der Brühe angießen.
Lorbeerblätter und Wacholder dazu geben und einmal aufkochen lassen.

So geht es weiter!
Das Fleisch, abspülen und trocken tupfen.
Mit scharfem, spitzem, schmalem Messer von allen Seiten, in verschiedenen Tiefen mit dem Messer einstechen und in die entstandene Tasche eine kleine oder geviertelte Knoblauchzehe stecken. So dass der Knoblauch im Braten gut verteilt ist.
Den Braten mit Salz und Pfeffer würzen und am Ende mit Senf, dünn einreiben.
So geht es weiter!
Das Gemüse aus der Soße, mit einer Kelle in den Ofenmeiser löffeln.
Das gewürzte Fleisch, auf das Gemüsebett legen und mit der Soße, bis 2 cm unter dem Rand des Ofenmeister auffüllen. Sodass das Fleisch 2/3 bedeckt ist.
Ab in den Ofen!
Mit Deckel in den auf 230C vorgeheizten Ofen geben und für 30 – 40 Minuten backen.
Temperatur auf 190C senken und für weitere 50 - 60 Minuten backen.
Das Fleisch, aus der Soße heben, die Soße durch ein Sieb, in einem Topf, abgießen und den Braten zurück in den Ofenmeister geben. Backofen ausstellen und den Braten im Ofenmeister wieder mit Deckel zurück in den Ofen stellen.
Die Soße!
Aufkochen, Sahne und Speisestärke, eventuell mit etwas Wasser, vermischen und in die Soße geben.
Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
Den Braten, aus dem Ofen heben und etwa 10 Minuten mit geschlossenem Deckel ruhen lassen, bevor er angeschnitten wird.
Mit viel Soße, Spätzle und Blaukraut servieren.

Guten Appetit!

www.witt-pc.de

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