

Vorgeschlagen von: am So 19 Apr 2009 17:49:53 CEST

Beschreibung

Zutaten

3 Essl. Olivenöl, 1 Teel. getrockn. Estragon,
1 Essl. Essig, Salz,
je ¼ l Brühe und dunkles Bier,
10 Pfefferkörner, 10 Wacholderbeeren,
1 Zwiebel, 1 Str. Petersilie
1 kg Schweinekeule
Salz und Pfeffer, 1 Essl. Senf
½ Stange Lauch, 1 Möhre und 1 Stück Sellerie
200g saurer Sahne

Zubereitung

3 Essl. Olivenöl mit 1 Teel. getrockn. Estragon 1 Essl. Essig, Salz je ¼ l Brühe und dunkles Bier 10 Pfefferkörner 10 Wacholderbeeren 1 Zwiebel sowie 1 Str. Petersilie in einen Topf geben und 1 kg Schweinekeule 3 Tage darin marinieren und dabei häufig wenden. Danach den marinierten Braten mit Salz und Pfeffer sowie mit 1 Essl. Senf einreiben. 4 Essl. Öl in einem Bratentopf erhitzen und den Braten von allen Seiten dunkelbraun anbraten. Dann ½ Stange Lauch 1 Möhre und 1 Stück Sellerie grob schneiden und zugeben, mitdünsten und gelegentlich mit Biermarinade ablöschen. Nach 2 Stunden Bratenzeit den Braten herausnehmen und warm stellen. Die Soße mit 200g saurer Sahne verfeinern und mit dem Pürierstab verquirlen. Braten in Scheiben schneiden und mit der Sauce servieren. Dazu schmeckt Kartoffelbrei

Anmerkungen

Zubereitungsdauer	5 Min	Schwierigkeit	ganz einfach
Portionen	eine Portion	Sonstige Menge	
Land/Region		Kosten	
Vegetarisch	0	Laktose frei	0
Diabetisch	0	Gluten frei	0
Kilo-Kalorien		Kilojoule	
Fettgehalt		Broteinheiten	
Eiweiß		Kohlehydrate	