

Vorgeschlagen von: am Mo 14 Dez 2009 17:39:46 CET

Beschreibung

Zutaten

Zutaten für 5 Personen: 2 kg Schweinebraten mit Schwarte, 1 kg Zwiebeln, in feine Ringe geschnitten, 2 EL Öl, Salz, Pfeffer, etwas Muskat, 500 ml Bier (Pils)

Zubereitung

Die Schwarte rautenförmig einschneiden. Die Schwarte (nicht das Fleisch) zwei Stunden wässern. Das Fleisch trocken tupfen, salzen (besonders zwischen den Einschnitten) und pfeffern. In einem backofenfesten Bräter von allen Seiten in Öl anbraten, nur nicht auf der Schwarte. Fleisch aus dem Bräter nehmen. Die halben Zwiebelringe im Fleischfett schwach goldgelb andünsten. Fleisch darauf legen mit der Schwarte nach oben. In den auf 200°C vorgeheizten Backofen geben und mit etwas Pils angießen (in der ersten halben Stunde nicht über den Braten gießen, sonst wird es nicht knusprig). Mit der Zeit insgesamt mit 0,5 Liter Pils begießen. Der Braten muss etwa 2,5 Stunden im Ofen bleiben. Nach einer halben Stunde die Temperatur auf 180°C reduzieren. Fleisch immer wieder begießen, sonst wird es zu trocken. Nach der Garzeit das Fleisch aus dem Bräter nehmen, etwas ruhen lassen. Die Sauce mit dem Zauberstab pürieren, eventuell mit etwas Wasser verlängern, falls sie zu dick ist. Mit Salz, Pfeffer, eventuell etwas Muskat abschmecken.

Anmerkungen

Beilagen: Dazu passen hervorragend Spätzle, Kartoffelklöße oder Schupfnudeln, als Gemüse eignen sich grüne Bohnen oder das klassische Sauerkraut.

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	