

Rezept

Fränkisches Schäufelr

Ein Rezept von Fränkisches Schäufelr, am 14.04.2024

Zutaten

2 Zwiebeln	1 Knoblauchzehe
1 große Möhre	1,5 kg Schweineschulter (die Schwarte rautenförmig einschneiden)
Salz	Pfeffer
1/2 TL Kümmel	2 EL Öl
1/2 l Fleischbrühe	1 EL Mehl

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 475 kcal

Zubereitung

1. Backofen auf 190° vorheizen. Zwiebeln, Knoblauch und die Möhre schälen und in grobe Stücke schneiden. Fleisch mit Salz, Pfeffer und Kümmel einreiben. Im Bräter in heißem Öl goldbraun anbraten, Gemüse hinzufügen und kurz mitbraten. Mit 1/4 l Brühe ablöschen und zugedeckt im Ofen (unten, Umluft 170°) unter mehrmaligem Begießen mit Bratfond und Angießen der restlichen Brühe insgesamt 2 Std. 30 Min. braten; nach der halben Zeit offen braten.
2. Den Braten auf einer feuerfesten Platte im Ofen ruhen lassen, eventuell kurz unter dem Grill knusprig braten. Den Bratensatz mit heißem Wasser lösen und durch ein Sieb passieren. Das Mehl mit etwas kaltem Wasser anrühren und die Sauce damit binden. Zum aufgeschnittenen Braten servieren.