

Rezept

Herzhafter Porridge mit Schweinebauch

Ein Rezept von Herzhafter Porridge mit Schweinebauch, am 23.04.2024

Zutaten

400 g Schweinebauch ohne Schwarte	1 Knoblauchzehe
2 EL Sojasauce	1 EL Worcestershire-Sauce
1 EL Ketchup	1 EL Honig
1 EL Zitronensaft	30 g Cheddar
½ Bund glatte Petersilie	3 EL Olivenöl
Salz	schwarzer Pfeffer
5 EL Weißweinessig	2 sehr frische Eier (Größe M)
500 ml Hühnerbrühe	100 g kernige Haferflocken

Außerdem

Backpapier für das Blech

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min

Zubereitung

1. Das Fleisch trocken tupfen, quer halbieren und in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Den Knoblauch schälen, durchpressen und mit Soja- und Worcestershiresauce, Ketchup, Honig und Zitronensaft verrühren. Das Fleisch rundum mit Marinade einpinseln und mind. 30 Min. im Kühlschrank durchziehen lassen. Inzwischen den Käse reiben. Die Petersilie abbrausen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen, gründlich trocken tupfen und mit dem Olivenöl mischen.
2. Den Backofengrill auf höchster Stufe vorheizen. Das Fleisch salzen, pfeffern und auf einem Blech mit Backpapier verteilen. Den Schweinebauch im heißen Ofen (oben) in 10-15 Min. knusprig garen, dabei einmal wenden und gut im Auge behalten. Die Petersilie ca. 1 Min. vor Garzeitende zugeben und mitgaren.
3. Während das Fleisch gart, 1,5 l Wasser und Essig aufkochen. Die Eier in je eine Tasse aufschlagen. Den Topf vom Herd nehmen und das Wasser mit einem Kochlöffel umrühren, sodass ein Strudel entsteht. Die Eier in diesen Strudel gleiten lassen und das Eiweiß mit dem Löffel zügig um das Eigelb ziehen. Den Topf zurück auf den Herd setzen. Die Eier 4-5 Min. pochieren, herausnehmen und abtropfen lassen. Die Eier abgedeckt warm halten.
4. Die Brühe in einem Topf aufkochen und die Haferflocken zugeben. Unter ständigem Rühren bei mittlerer Hitze in ca. 10 Min. einen zähen Brei kochen. Den Cheddar unterrühren. Den Porridge mit Salz und Pfeffer abschmecken, auf zwei Schalen verteilen und Fleisch sowie Ei mit Petersilie darauf anrichten.