Rezept

Italienisches Schweinefleischragout

Ein Rezept von Italienisches Schweinefleischragout, am 24.05.2025

Zutaten

- **800 g** Schweinefleisch (aus der Keule)
- **2 TL** Fenchelsamen
- **4** Knoblauchzehen
- 1/8 l trockener Weißwein oder Cerasuolo (Rosé)
- 1/4 Bund Petersilie
- **3** getrocknete Peperoncini
- **60 g** fetter Speck
- je 1 rote und grüne oder gelbe Paprikaschote
- Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 700 kcal

Zubereitung

1. Das Schweinefleisch in Würfel schneiden, dabei von größeren Fettstücken und den Sehnen und Häuten befreien. Peperoncini mit den Fenchelsamen im Mörser fein zerstoßen, mit dem Fleisch mischen und dieses für einige Stunden kühl stellen.

2. Dann den Speck in kleine Würfel schneiden. Knoblauch schälen und sehr fein hacken. Paprikaschoten waschen, halbieren, putzen und in Würfel schneiden.

3. Den Speck in einem Topf bei mittlerer Hitze ausbraten, bis er flüssig ist. Fleischstücke in zwei Portionen darin anbraten, dann den Knoblauch dazugeben und kurz mitbraten. Mit dem Wein ablöschen, mit Salz würzen und zugedeckt bei schwacher Hitze insgesamt etwa 45 Min. garen. Dann die Paprikawürfel dazugeben. Alles weitere 30-45 Min. garen, bis das Fleisch schön weich ist. Dabei gelegentlich durchrühren.

4. Die Petersilie waschen, Blättchen fein hacken. Schweinefleischragout abschmecken und mit der Petersilie bestreut servieren.