Rezept

Provenzalische Schweineroulade

Ein Rezept von Provenzalische Schweineroulade, am 07.07.2025

Zutaten

800 g	Schweinelende
4	Knoblauchzehen
	Pfeffer
4 EL	Olivenöl
100 ml	Weißwein (oder Gemüsebrühe)
	Küchengarn
	1-2 Bund gemischte Kräuter der Provence
	Salz
6	frische Lorbeerblätter
2	junge Knoblauchknollen
100 ml	Gemüsebrühe

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 325 kcal

Zubereitung

1. Backofen samt ofenfester Form auf 80° vorheizen. Fleisch von Häutchen und Sehnen befreien. Längs so einschneiden, dass man es aufklappen kann. Die Kräuter waschen und trocken schütteln, die Blätter fein hacken. Knoblauch schälen und durchpressen. Fleisch salzen, pfeffern und innen und außen mit der Kräutermischung einreiben. Fleisch aufrollen und mit Küchengarn binden. Lorbeer waschen und unter das Garn stecken.

2. Das Fleisch in 2 EL Öl in 6-7 Min. rundherum anbraten. In die Form setzen und 2 Std. 30 Min. im Ofen (Mitte) garen. Die Pfanne nicht auswaschen. 20 Min. vor Ende der Garzeit das übrige Öl mit dem Bratensatz in der Pfanne erhitzen. Knoblauchknollen quer halbieren und die Schnittflächen ca. 3 Min. anbraten. Zur Roulade legen und mitgaren. Wein, Brühe und Fleischsaft aus der Form in die Pfanne geben und 10 Min. einkochen lassen. Roulade in Scheiben schneiden, mit je 1 Knoblauch und Sauce auf vorgewärmten Tellern servieren.