

## Rezept

# Ragout vom Schwein mit Kräutern

Ein Rezept von Ragout vom Schwein mit Kräutern, am 19.04.2024

## Zutaten

je 3 Zweige Salbei und Rosmarin	1/4 Bund Thymian
<b>5</b> Knoblauchzehen	<b>800 g</b> Schweinefleisch zum Schmoren
<b>4 EL</b> Olivenöl	<b>1</b> gehäufte TL Fenchelsamen
<b>2 EL</b> Noilly Prat nach Belieben	1/4 l trockener Weißwein oder Fleischbrühe
<b>2 TL</b> edelsüßes Paprikapulver	Salz und Pfeffer
1/4 Bio-Zitrone	1/4 Bund Basilikum

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 725 kcal

## Zubereitung

1. Die Kräuter kalt abbrausen, trocken schütteln und ohne die Stiele grob hacken. Den Knoblauch schälen und in dickere Scheiben schneiden. Das Fleisch von größeren Fettstücken und Sehnen befreien und in mundgerechte Würfel schneiden.
2. Das Öl in einem Schmortopf erhitzen. Das Fleisch darin in drei Portionen anbraten und jeweils wieder herausnehmen. Wenn alles Fleisch angebraten ist, Knoblauch, Kräuter und Fenchelsamen im Fett andünsten, nach Belieben mit dem Noilly Prat ablöschen.
3. Wein oder Brühe angießen. Das Fleisch wieder untermischen und mit Paprika, Salz und Pfeffer nicht zu kräftig würzen (der Sud kocht noch ein). Fleisch zugedeckt bei schwacher Hitze in etwa 1 Std. weich kochen. Dabei ab und zu umrühren und bei Bedarf noch etwas Flüssigkeit angießen.
4. Die Zitrone heiß waschen und abtrocknen, die Schale dünn abschneiden. Die Basilikumblättchen abzupfen und mit der Zitronenschale fein hacken. Unter das Fleisch mischen, abschmecken und servieren. Dazu passen Rosmarinkartoffeln, Ofenkartoffeln oder einfach nur frisches Baguette.