

Rezept

Rescher Schweinsbratn mit Natursaftl

Ein Rezept von Rescher Schweinsbratn mit Natursaftl, am 28.03.2025

Zutaten

2 Knoblauchzehen	1 geh. TL Kümmelsamen
Salz	800 g Schweinebauch
800 g Schweinehals	400 g Schweinerippchen (zwischen den Rippen geteilt)
400 g Schweineschwänze (klein geschnitten, vorbestellen, nach Belieben)	1 kleine Möhre
1 EL Pflanzenöl	400 g Zwiebeln
Alufolie	schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 1065 kcal

Zubereitung

1. Knoblauch schälen, mit Kümmel und 1 geh. TL Salz möglichst fein hacken. Schweinebauch nur auf den Fleischseiten, den Schweinehals ringsherum mit dem Gewürzsalz einreiben. Schweinerippchen und -schwänze kurz waschen, um Knochen- oder Knorpelsplitter zu entfernen, trocken tupfen. Die Möhre und die Zwiebeln schälen und klein schneiden.
2. Öl in einer tiefen Bratreine (ca. 25 x 35 cm) auf dem Herd erhitzen. Darin die Schweinerippchen und -schwänze 2 Min. bei starker Hitze anbraten, wenden, 1 Min. weiterbraten. Zwiebeln dazugeben und 1 Min. mitrösten, die Möhre dazugeben und alles ca. 5 Min. unter ständigem Rühren rösten. Mit 200 ml Wasser ablöschen, den Bratenansatz damit lösen, einkochen lassen. 800 ml Wasser aufgießen und aufkochen.
3. Den Schweinehals und den Schweinebauch mit der Schwartenseite nach unten in die Reine legen. Im Backofen (Mitte, am besten 150° Umluft, sonst auf 170° Ober- und Unterhitze vorheizen) ca. 1 Std. garen. Dann Fleischstücke und Rippchen wenden. Schwarte des Schweinebauchs mit einem scharfen Messer in 1-cm-Abständen so einritzen, dass man das Fleisch später in Scheiben schneiden kann. Alles weitere 1 Std. 50 Min. braten, bis das Fleisch weich ist. Dabei die Fleischstücke mehrmals wenden und nach und nach noch 400 ml Wasser dazugießen.
4. Backofen auf Grillfunktion (höchste Stufe) stellen. Reine aus dem Ofen nehmen, Schweinebauch so in Alufolie einschlagen, dass nur das Fleisch bedeckt ist, die Schwarte soll oben sichtbar bleiben. Schweinebauch auf den Rost legen, wieder in den Ofen (Mitte) schieben und in 5-10 Min knusprig grillen. In der Zeit die Reine auf den Herd stellen, eventuell Schweineschwänze entfernen. Rest aufkochen und dabei den Bratensatz mit einem Pinsel von den Seiten der Reine lösen. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Schweinebauch und -hals aufschneiden und mit den Schweinerippen auf Tellern anrichten, mit der Sauce begießen. Dazu passen Kartoffel- oder Semmelknödel und Bayrisch Kraut.