

## Rezept

# Schweinerollbraten

Ein Rezept von Schweinerollbraten, am 18.12.2025

## Zutaten

<b>1</b>	Bio-Zitrone	je 5 Zweige Rosmarin, Thymian und Oregano
<b>12</b>	Salbeiblättchen	1/2 Bund Petersilie
<b>6</b>	Knoblauchzehen	<b>3 TL</b> Fenchelsamen
<b>2 TL</b>	schwarze Pfefferkörner	<b>8 EL</b> Olivenöl
	Salz	<b>1</b> größere Scheibe magerer Schweinehals (etwa 1 kg)
	Pfeffer	1/4 l trockener Weißwein

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Zutaten für 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 305 kcal

## Zubereitung

1. Die Zitrone heiß waschen und die Schale fein abreiben. Zitrone halbieren und eine Hälfte auspressen. Die Kräuter abbrausen und trockenschütteln, ohne die groben Stiele fein hacken. Den Knoblauch schälen und fein schneiden. Die Fenchelsamen und Pfefferkörner im Mörser grob zerstoßen. Zitronenschale, Kräuter, Knoblauch und Fenchelmischung mit 6 EL Olivenöl und Salz mischen.
2. Fleisch mit dem Würzöl bestreichen, zu einem Rollbraten aufrollen und mit Küchengarn verschnüren. Den Braten außen salzen und pfeffern.
3. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen (später einschalten: Umluft 160 Grad). Das übrige Öl im Bräter erhitzen. Braten darin rundherum bei starker Hitze gut anbraten. Wein und Zitronensaft mischen und dazugießen. Den Braten in den Ofen (Mitte) schieben, etwa 2 Stunden braten. Dabei immer mal wieder mit der Flüssigkeit begießen und ab und zu umdrehen.
4. Braten aus dem Ofen nehmen, in Alufolie wickeln, 10 Minuten ruhen lassen. Dann in Scheiben schneiden und auf einer vorgewärmten Platte anrichten. Dazu gibt's Rosmarinkartoffeln oder Brot und Salat.