

Rezept

Spanferkel mit Spitzkohl

Ein Rezept von Spanferkel mit Spitzkohl, am 09.02.2025

Zutaten

800 g Spanferkelbraten (Schulter oder Keule, ohne Schwarte und Knochen)	Salz
	Pfeffer
4 EL Öl	500 g Spitzkohl
1 Zwiebel	50 g Räucherspeck (ohne Schwarte)
1/2 TL Kümmel	Zucker
200 ml Gemüsebrühe	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 390 kcal

Zubereitung

1. Backofen mit ofenfester Form auf 80° vorheizen. Fleisch salzen, pfeffern und in 2 EL Öl rundherum in 5-6 Min. goldbraun anbraten. In die Form setzen und 2 Std. 30 Min. im Ofen garen.
2. 30 Min. vor Ende der Garzeit Spitzkohl vom Strunk befreien, in 4-5 cm große Rauten schneiden. Zwiebel schälen, fein hacken. Speck würfeln. Speck und Zwiebeln im restlichen Öl glasig anbraten. Kohl, Kümmel und je 1 Prise Salz und Zucker dazugeben, 1 Min. anbraten. Brühe zufügen, zugedeckt bei schwacher Hitze 15 Min. garen.
3. Kohl mit Salz und Pfeffer abschmecken. Spanferkel in Scheiben schneiden, mit dem Kohl auf vorgewärmten Tellern anrichten, mit dem Bratensaft beträufeln.