

Rezept

Spanferkelrücken mit Frühlingsgemüse

Ein Rezept von Spanferkelrücken mit Frühlingsgemüse, am 21.03.2023

Zutaten

1 Spanferkelrücken (mit Knochen, ca. 1,2 kg; beim Metzger vorbestellen)	Salz
	Pfeffer
1 großes Bund Suppengrün 250-350 ml Kalbsfond	2 EL neutrales Pflanzenöl
	¼ l helles Bier
1 EL heller Saucenbinder (nach Belieben)	400 g junge Möhren
2 junge Kohlrabi	500 g weißer Spargel
200 g Zuckerschoten	Salz
1 Bund Bärlauch (wahlweise Basilikum)	40 g Butter
Zucker	Eiswürfel

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 695 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 180° vorheizen. Das Fleisch kalt abwaschen und trocken tupfen. Die Schwarte mit einem scharfen Messer rautenförmig einschneiden. Rundherum mit Salz und Pfeffer einreiben. Das Suppengrün putzen, waschen und grob würfeln.
2. Einen Bräter erhitzen, das Öl hineingeben und das Fleisch darin bei mittlerer Hitze erst auf der Hautseite, dann auf der anderen Seite jeweils 4-5 Min. anbraten. Kurz herausheben und das Suppengrün unter Rühren 2-3 Min. im Bräter anbraten. Das Fleisch wieder hineinsetzen, 1/4 l Kalbsfond angießen. Im heißen Ofen (Mitte, Umluft 160°) ca. 1 Std. 30 Min. braten, dabei ca. alle 20 Min. mit etwas Bier begießen.
3. Möhren schälen, große schräg in dicke Scheiben schneiden. Kohlrabi schälen und in dicke Stifte schneiden. Spargel schälen, von trockenen Enden befreien und schräg in 3 cm breite Stücke schneiden. Zuckerschoten waschen, entfädeln und die Enden abknipsen.
4. In einem Topf Wasser aufkochen, salzen und nacheinander Spargel (3 Min.), Möhren (3 Min.), Kohlrabi (3 Min.) und Zuckerschoten (5 Min.) darin blanchieren. Jeweils mit einem Schaumlöffel herausholen und in Eiswasser abschrecken. In einem Sieb abtropfen lassen.
5. Den Bärlauch waschen und trocken schütteln, die Blätter fein schneiden. In einer großen Pfanne die Butter schmelzen. Die blanchierten Gemüse hineingeben, salzen, mit 1/2 TL Zucker bestreuen und bei mittlerer Hitze 5-6 Min. unter gelegentlichem Wenden braten. Den Bärlauch unterheben. Zugedeckt warm halten.
6. In einer Tasse 1 gestrichenen TL Salz mit 3 EL Wasser verrühren. Den Bräter herausnehmen und den Braten auf eine ofenfeste Platte setzen. Die Ofentemperatur auf 220° erhöhen, den Grill zuschalten. Den Braten mit der Salzlösung einpinseln und im Ofen (Mitte) 6-8 Min. grillen, dabei noch zweimal einpinseln.

7. Den Bratfond durch ein feines Sieb in einen Topf abgießen (Röstgemüse ausdrücken und wegwerfen), aufkochen, nach Bedarf mit etwas Fond verlängern und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nach Belieben den Saucenbinder einrühren und einkochen lassen. Den Spanferkelrücken entlang des Rückgrats auslösen und in Scheiben schneiden. Mit Sauce und Gemüse auf vorgewärmten Tellern anrichten. Dazu schmeckt helles Bier.