

Rezept

Zwiebelschiffchen mit Schweinemett

Ein Rezept von Zwiebelschiffchen mit Schweinemett, am 30.09.2023

Zutaten

3 große Gemüsezwiebeln	2 Knoblauchzehen
350 g mageres Schweinefleisch (aus der Schulter)	150 g frischer Schweinebauch (ohne Schwarte)
Salz	Pfeffer
50 g Frühstücksspeck (Bacon)	1 EL Rapsöl
100 ml Weißwein oder Apfelsaft	1 Bund Schnittlauch
Fleischwolf mit grober Scheibe	Kerngehäuseausstecher
Öl zum Bestreichen	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 460 kcal

Zubereitung

1. Die Zwiebeln schälen, 1 Zwiebel grob würfeln. Knoblauch schälen und ebenfalls grob würfeln. Das Fleisch in grobe Stücke schneiden und mit Zwiebel- und Knoblauchwürfeln durch den Fleischwolf drehen. Das Mett salzen und pfeffern, dabei nicht zu sehr durchkneten. Abgedeckt in den Kühlschrank stellen.
2. Von den übrigen Zwiebeln mit dem Kerngehäuseausstecher die Wurzelansätze wie den Strunk eines Apfels herausstechen. »Zwiebelstrünke« aufheben. Anschließend Zwiebeln senkrecht halbieren und die Zwiebelschichten voneinander lösen. 8 - 10 große Zwiebelblätter innen salzen und kühl stellen.
3. Zwiebelstrünke (ohne Wurzelansatz) und restliche Zwiebelblätter fein würfeln. Speck in feine Streifen schneiden. In einer Pfanne das Öl erhitzen und darin Zwiebelwürfel und Speck bei mittlerer Hitze langsam hellbraun braten. Mit Weißwein oder Apfelsaft ablöschen, 5 Min. einkochen lassen, salzen, pfeffern. Die Sauce warm halten.
4. Den Grill anheizen. Zwiebelblätter innen mit Küchenpapier trocken tupfen und mit dem Schweinemett füllen, glatt streichen. Zwiebelschiffchen rundherum mit Öl bestreichen.
5. Den Grillrost heiß werden lassen, leicht ölen. Zwiebelschiffchen auf den Rost legen bei mittlerer Hitze erst auf der Fleischseite 7 Min. grillen, dann wenden und bei etwas geringerer Hitze weitere 10 Min. grillen, bis die Zwiebelblätter gut gebräunt sind. Schnittlauch waschen, trocken schütteln, in Röllchen schneiden, unter die Sauce mischen. Zu den Zwiebelschiffchen servieren.