Krustenbraten mit Schmorgemüse

Fleisch-Gerichte » Schwein » Schweine-Braten

Zutaten (4 Personen)

» 1kg Schweinebraten
» 1-2 Lorbeerblatt/ -blätter
» Salz & Pfeffer
» 3/8l Apfelsaft
» 1 Zwiebel(n)
» 1 TL Instant-Gemüse-Brühe
» 3 Apfel/Äpfel
» 4 Tomate(n)
» 100g süß-saures Kürbisfleisch
» 2 TL Senfkörner
» Majoran
» 2-3 EL dunkler Soßenbinder
» 5 EL Schlagsahne
» 1 TL Zucker

Bewertung

Beschaffung
guten Supermarkt

Kosten
11-15€

Zubereitungszeit
über 120min

Zubereitung

1. Fleischschwarte rautenförmig einschneiden. Lorbeer zerbröseln. Fleisch mit Lorbeer, Salz und Pfeffer würzen, auf eine Fettpfanne legen, etwas Apfelsaft zugießen. Zwiebel schälen, in Spalten schneiden, zufügen. Bei 150°C 1½-2 Stunden braten. ¼l heißes Wasser und Brühe verrühren. Nach und nach restlichen Apfelsaft und Brühe auf die Fettpfanne gießen.

2. Äpfel waschen, vierteln, entkernen und in dicke Spalten schneiden. Tomaten waschen, putzen und vierteln. Kürbis abtropfen lassen. Senflörner ohne Fett rösten. Majoranblättchen abzupfen und hacken. Äpfel, Tomaten, Kürbis, Majoran und Senfkörner ca. 30min vor Ende der Garzeit zum Braten geben. Brattemperatur auf 200°C erhöhen. Gemüse unter Wenden mitschmoren. Würzen.

3. Braten warm stellen. Gemüse abtropfen, Bratfond auffangen. Bratensatz mit wenig Wasser lösen, zufügen. Fond aufkochen, Soßenbinder unter Rühren einrieseln lassen, aufkochen. Soße mit Sahne verfeinern, mit Zucker, Salz und Pfeffer nochmals abschmecken. Gemüse, Fleisch und etwas Soße anrichten. Übrige Soße dazu reichen. Dazu passen Salzkartoffeln.

Nährwerte: 730kcal pro Portion

angelegt am: 07.02.2007 Rezept-Nr: 2200

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke