Schweinebraten in Salzkruste

Fleisch-Gerichte » Schwein » Schweine-Braten

Zutaten (6 Personen)

» 500g Salz
» 350g Mehl
» 2 Ei(er)
» Pfeffer
» 1kg Schweinebraten
» 8 EL Kräuter der Provence
» 150g Joghurt (natur)
» 100g Crème fraîche
» 1 Knoblauchzehe(n)
» Zitronensaft
» 1 Prise Zucker

Bewertung

Beschaffung
in jedem Discounter

Kosten
11-15€

Zubereitungszeit
über 120min

Zubereitung

1. Meersalz mit Mehl mischen. 50ml Wasser, Eier zufügen. Mit Pfeffer würzen, alles zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Ofen auf 180°C vorheizen.

2. Fleisch abbrausen, trockentupfen und mit 4EL Kräutern bestreuen. Teig ausrollen, das Fleisch darin einschlagen. Mit der Naht nach unten auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen, ca. 2½ Stunden im Ofen backen.

3. Die übrigen Kräuter mit Joghurt und Crème fraîche verrühren. Knoblauch abziehen, zerdrücken und unterziehen. Den Kräuter-Dip mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Zucker kräftig abschmecken.

4. Den Braten aus dem Ofen nehmen und einige Minuten ruhen lassen. Die Salzkruste aufbrechen. Den Braten in Scheiben schneiden und mit dem Kräuter-Joghurt-Dip anrichten. Nach Wunsch mit frischen Kräutern garnieren und mit grünen Bohnen servieren.

Nährwerte: 565kcal/E44g/F24g/KH44g pro Portion

angelegt am: 17.02.2007 Rezept-Nr: 2207

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