



SLOW GOODS

Bild & Rezept: Nikolas Kerl

Schweinebauch im Cidre mit Birnensturm

Vorbereitungsdauer ca. 3 h
Zubereitungsdauer ca. 40 min
Für 4 Personen

Zutaten

Für den Schweinebauch

600 g Schweinebauch (ungeräucherter roher Speck mit Schwarte)
2 TL Fenchelsamen
7 dl Cidre (Apfelwein)
2 Lorbeerblätter
Butter
Salz
Pfeffer aus der Mühle

Birnensturm

600 g überreife, gute Essbirnen
600 g rohe Kartoffeln
2 dl Rahm oder Milch
1 EL Kartoffelmehl
50 g Butter

Für den Fenchel

2 – 3 ganze Fenchel
1 EL Olivenöl
1 EL Butter
Salz
Pfeffer aus der Mühle



Entdecke dieses und weitere Rezepte im
Culinarium - Der Foodblog von Slow Goods
www.slowgoods.ch/blogs/culinarium



Zubereitung

Ofen vorheizen: 170 °C Ober- / Unterhitze.

Schwarte einschneiden: Die Schwarte des Bauchs mit einem sehr scharfen Messer oder einem Cutter im Abstand von 0.5 bis 1 cm einschneiden. Die Fenchelsamen mit 1 TL Salz im Mörser zermahlen und in die Schwarteneinschnitte einmassieren.

Schweinebauch schmoren: Das Fleisch mit der Schwarte nach oben in einen kleinen Bräter legen, den Cidre dazu giessen und die Lorbeerblätter zugeben. Ein Stück Backpapier auf das Fleisch legen und die Form mit Alufolie fest verschliessen. Das Fleisch 3 bis 4 Stunden im Ofen weich schmoren.

Birnen & Kartoffeln weich kochen: Die Birnen schälen und samt dem Kerngehäuse halbieren. Die Kartoffeln schälen und vierteln. Beides mit sehr wenig Wasser bei kleiner Flamme weich kochen.

Birnen-Kartoffelmasse zu Stock verarbeiten: Birnen- und Kartoffelstücke durch ein Sieb streichen und pürieren. Rahm oder Milch mit Kartoffelmehl gut verrühren. Beifügen und mit dem Püree gut mischen. Butter erhitzen und grosszügig darüber giessen. Alles sämig miteinander vermengen.

Fenchel zubereiten: Den Fenchel in dicke Schnitze schneiden, das Fenchelgrün beiseite legen. In einer Bratpfanne Olivenöl und Butter zusammen erhitzen den Fenchel in die Pfanne legen und mit Salz und Pfeffer würzen. Bei niedriger Hitze zugedeckt ca. 20 Min. in seinem eigenen Saft schmoren, er soll keine Farbe annehmen.

Schweinebauch kross fertig braten: Um dem Schweinebauch die knusprige Kruste zu verpassen, den Ofen auf maximale Oberhitze (Grill) umschalten. Den Braten aus dem Ofen nehmen, die Alufolie und das Backpapier entfernen, das Fleisch aus dem Bräter heben, die Flüssigkeit in eine Pfanne giessen und den Bräter mit dem Fleisch in das obere Ofendrittel schieben. Die Schwarte unter Aufsicht in 15 bis 20 Min. ganz knusprig braten.

Sauce reduzieren: Für die Sauce die Schmorflüssigkeit in der Pfanne bei grosser Hitze stark einreduzieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und kurz vor dem Servieren etwas kalte Butter darunter rühren.

Anrichten & servieren: Zum Servieren den Birnensturm mit dem Fenchel auf den Tellern anrichten, den Schweinebauch in Streifen schneiden und draufsetzen, etwas Sauce darüber geben und mit zerzupftem Fenchelgrün bestreuen. Sofort heiss servieren.