

**Typ:** Fleisch

**Quelle:** Brigitte

\*\*\*

**Bemerkungen:** Dez 17: Bei 120°C Ofentemperatur dauert 1,7 kg eher 5 h. Kerntemperatur sollte 75°C betragen.

**Zutaten:** 1,8-2 kg Schweinebraten (Nacken)  
1 große Gemüsezwiebel  
3 Möhren  
1 Stange Poree  
½ Sellerieknolle  
2-3 EL Dijon-Senf  
400 mL Geflügelfond  
Olivenöl  
5 Knoblauchzehen

**Rezept:** Um diese Jahreszeit will ich mal wieder einen schönen Braten machen. Ich nehme einen Schweinebraten, am liebsten vom Nacken, 1,8 bis zwei Kilogramm schwer, der reicht für acht bis zehn Leute. Die Fettschicht obendrauf schneide ich rautenförmig ein und würze den Braten dann kräftig mit Salz und Pfeffer. Dann bereite ich mein Gemüse vor: Ich halbiere eine große Gemüsezwiebel und schneide die eine Hälfte in feine Würfel. Ich putze drei Möhren, eine Stange Porree und eine halbe Sellerieknolle und schneide die Gemüse ebenfalls klein. Nun reibe ich den Schweinebraten noch mit zwei bis drei Esslöffel Dijon-Senf ein und brate ihn in Öl rundherum kräftig an - das dauert etwa zehn Minuten.

Ich nehme den Braten aus der Pfanne und lege ihn in eine große, ofenfeste Form. Den Bratenfond löse ich mit einem guten Schuss Wasser aus der Pfanne, lasse alles ein bisschen einkochen und gieße den Fond über den Schweinebraten. So erhalte ich zum Schluss eine sehr konzentrierte Soße. Wenn Sie mehr Soße mögen, gießen Sie jetzt 400 Milliliter heißen Geflügelfond an. In einer sauberen Pfanne erhitze ich dann etwas Olivenöl, um das Gemüse anzubraten. Je nach Menge und Größe der Pfanne kann man Zwiebel, Sellerie und Möhren zusammen braten oder einzeln. Ich mache es lieber getrennt, weil ich das Gemüse dann genauer garen kann. Auf jeden Fall gebe ich aber noch fünf Knoblauchzehen, die ich nur halbiere, mit hinein. Den Porree übrigens lieber extra behandeln, denn er schmeckt wunderbar nussig, wird er aber zu lange gebraten, kann er leicht bitter werden. Das Gemüse wird in diesem Fall nicht gesalzen, weil wir den Saft nachher als Soße verwenden. Also, das angebratene Gemüse gebe ich nun zum Braten in die Form. Die wickle ich dann großzügig und fest in Alufolie, damit der Braten ganz eingeschlossen ist. Mit dieser Methode bleibt die Flüssigkeit erhalten und der Braten schön saftig.

Er kommt jetzt für vier bis fünf Stunden bei 140 Grad in den vorgeheizten Backofen. Ist der Braten mürbe, nehme ich ihn aus der Form, lege ein bisschen Butter darauf und gebe ihn noch kurz unter den Grill, damit die Kruste knusprig wird. Gemüse und Soße gieße ich durch ein feines Sieb in einen kleinen Topf, lasse die Soße ein bisschen einkochen und passiere sie erneut durch ein Sieb, das ich mit Küchenpapier auslege, in einen neuen Topf. Ich binde die kochende Soße dann mit etwas Maizena (in Wasser aufgelöst), so bleibt sie klar. Kräftig mit dem Schneebesen einrühren und zum Schluss noch mit ein paar Flöckchen eiskalter Butter montieren, mit etwas Salz abschmecken und ein bisschen ganz fein

geschnittenen Rosmarin in die Soße geben. Auf die angewärmten Teller lege ich die Bratkartoffeln und etwas Rosmarin, dann eine Scheibe vom herrlichen Schweinebraten und etwas Soße. Das Fleisch wird übrigens so zart, dass man eigentlich keine Soße braucht. Deshalb schmeckt es auch ganz prima kalt - falls doch etwas übrig bleiben sollte. Zur Abwechslung gibt es mal ein Bier dazu. Genießen Sie's!