

Schweinebraten nach Bauernart

Ein Rezepttipp von:
Maria Kordes aus Tegernsee



Symbolfoto | © Coman Photography - unsplash.com

ZUTATEN:

1 Zwiebel
1-2 Knoblauchzehen
600g magerer
Schweinebraten mit Kruste
Salz, Pfeffer
Majoran
1 l Gemüsebrühe
500g festkochende Kartoffeln
1 Steckrübe (500g)
2 Gelbe Rüben
1 Stange Lauch

ZUBEREITUNG:

- 1 Die Zwiebel und den Knoblauch mit der Schale halbieren und mit dem Fleisch, ohne Fettzugabe, rundum kräftig anbraten und würzen.
- 2 Im Ofen 30 Min. bei 180 °C (160 °C Heißluft) garen.
- 3 Anschließend mit heißer Gemüsebrühe (ca. 500 ml) aufgießen und bei gleicher Temperatur 45 Min. weitergaren.
- 4 In der Zwischenzeit Kartoffeln, Steckrübe und Gelbe Rüben schälen und würfeln. Zum Fleisch geben. Nochmals mit Brühe aufgießen. Das Gemüse sollte knapp bedeckt sein. Etwas salzen und weitere 30 Min. garen.
- 5 Den Lauch waschen, putzen und in Ringe schneiden. Zufügen und nochmals 10 Min. garen, bis das Gemüse bissfest ist.
- 6 Durch die Schale der Zwiebel bekommt die Bratensoße eine schöne braune Farbe.
- 7 Schweinebraten mit Gemüse und Kartoffeln servieren und genießen