



Geschmorter Schweinsbraten an Zitronensauce (ausgebeintes Kotelettstück)

Das Kotelettstück ist leicht durchzogen und wird, schonend gegart, sehr zart und saftig. Der Braten wird 2 Stunden vor allem mit Zitronensaft mariniert und anschliessend in einem Sud mit eher wenig Zitrone geschmort. So kommt das Zitronenaroma gut, aber nicht überbordend zur Geltung. Die mitgeschmorten Pfälzerrüebli geben natürlich auch Geschmack, aber vor allem passen sie mit ihrer kräftigen, gelben Farbe gut zur Zitronensauce.

Vor allem bei abgepacktem Fleisch wird das ausgebeinte Kotelettstück manchmal auch als Hohrücken vom Schwein angeboten, es müsste eher Schweinerücken genannt werden, um eine Verwechslung mit dem entsprechenden und eben Hohrücken genannten Stück vom Rind oder Kalb zu vermeiden (ich habs verwechselt).

Zutaten (3 Portionen)

600g Schweinsbraten (Kotelettstück)

Marinade:

2El Zitronensaft
1El frischer Rosmarin fein gehackt
1/2Tl Ingwer gemahlen
Salz und Pfeffer

Schmoren:

150g Pfälzerrüebli
2 Knoblauchzehen
1dl Weisswein
1,5dl Hühnerbouillon
1 Zweig Rosmarin
1-2El Zitronensaft
1El Sauerrahm

Zitronenzesten

Zubereitung

Braten 2 Stunden vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen, auf eine Haushaltfolie legen und ringsum salzen und pfeffern. Rosmarin, Ingwer und Zitronensaft vermischen und das Fleisch damit einpinseln, in die Folie einpacken und 2 Stunden ziehen lassen.

Pfälzer zu Stängeln schneiden. Knoblauch grob hacken.

Braten auspacken und die Marinade abpinseln (so ungefähr), zuviel Marinade würde beim Anbraten verbrennen.

Reichlich Bratbutter bis knapp zum Rauchpunkt erhitzen und den Braten darin ringsum eher leicht anbraten. In ein Bratgeschirr legen. Rüebl und Knoblauch in der gleichen Pfanne andünsten, Weisswein und Bouillon zugliessen, den Rosmarinzweig, 1El Zitronensaft und die abgestreifte Marinade zugeben. Aufkochen und ca. 3 Minuten köcheln lassen.

Ofen auf 160° vorheizen.

Sauce zum Braten giessen, das Bratenthermometer an der dicksten Stelle einstecken. In die Mitte des Ofens einschieben und bis zu einer Kerntemperatur von 60° garen. Das dauert ca. 45 Minuten.

Braten aus dem Bratgeschirr nehmen, mit einer Folie abdecken und ca. 5 Minuten nachziehen lassen (oder bis die Sauce bereit ist). Die Kerntemperatur steigt dabei um 3-4°.

Schmorsud mit den Rüebl in ein Pfännchen giessen, kräftig aufkochen und etwas einkochen lassen. Sauerrahm einrühren und die Sauce Zitronensaft und Pfeffer abschmecken.

Schweinsbraten tranchieren und auf heissen Tellern anrichten, Pfälzer dazulegen und das Fleisch mit der Sauce übergiessen. Mit Zitronenzesten garnieren.









