

Otto Koch Gekochter Schweinebauch mit Kartoffelpüree

Donnerstag, 19. Januar 2017
Rezept für 4 Personen

Zutaten

600 g	Schweinebauch (z.B. schwäbisch-hällisches Schwein)
3	Schalotten
3	Knoblauchzehen
5	Wacholderbeeren
2 Zweige	Thymian
150 g	Gänseschmalz
500 ml	Geflügelbrühe
1 TL	Kümmel
etwas	Salz, Pfeffer
250 g	Creme double



Für das Kartoffelpüree

500 g	Kartoffeln mehlig kochend
100 ml	Milch
50 g	Butter
100 g	Sahne
1 Prise	Muskat
etwas	Salz
100 g	Forellenkaviar

Zubereitung

1. Von dem Schweinebauch die Schwarte abschneiden.
2. Für den Kochfond Schalotten und Knoblauch schälen und fein schneiden. Wacholderbeeren andrücken und hacken. Thymian abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abstreifen.
3. Gänseschmalz in einem Schmortopf (mit passendem Deckel) erhitzen, Schalotten und Knoblauch glasig andünsten. Geflügelbrühe angießen, Wacholderbeeren, Thymian und Kümmel zugeben und kurz aufkochen.
4. Schweinebauch mit in den Topf geben und zugedeckt ca. 4 Stunden leicht köcheln lassen, bis das Fleisch schön weich ist. Dies kann man mit einer Fleischgabel kontrollieren. Sticht man diese in das gekochte Fleisch und lässt sie sich ganz leicht herausziehen, dann ist das Fleisch fertig.
5. Den gegarten Schweinebauch aus dem Topf nehmen und warm stellen.
6. Den Fond durch ein feines Sieb passieren und mit der Creme double zu einer cremigen Sauce einkochen. Diese mit Salz und Pfeffer abschmecken und kurz vor dem Servieren mit dem Pürierstab aufmixen.
7. Für das Kartoffelpüree die Kartoffeln schälen, in Salzwasser weich kochen, dann abgießen und noch heiß durch die Kartoffelpresse drücken.
8. Milch und Sahne in einem Topf erwärmen. Butter schmelzen. Milch, Sahne und Butter zu den Kartoffeln geben und gut verrühren. Mit Salz und Muskat abschmecken.
- 9.

Den Schweinebauch aufschneiden. Kartoffelpüree auf Tellern anrichten, das Fleisch oben aufgeben und mit reichlich Sauce übergießen. Etwas Forellenkaviar darauf geben und servieren.

Pro Portion: 998 kcal / 4176 kJ
27 g Kohlenhydrate, 37 g Eiweiß, 82 g Fett

Tipp: Wer einen Backofen mit Sous-Vide-Funktion oder ein Sous-Vide-Küchengerät besitzt, kann den Schweinebauch besonders sanft und zart wie folgt garen. Schweinebauch mit dem aufgekochten Fond in einen Vakuumierbeutel geben und mit dem Vakuumiergerät verschließen, so dass keine Luft mehr im Beutel ist. In Wasserbad des Sous-Vide-Gerätes bei 65 Grad ca. 24 Stunden garen. Dann aus dem Wasserbad nehmen, den Beutel aufschneiden und Schweinebauch mit dem in einen Topf mit Deckel geben und aufkochen. Schweinebauch herausnehmen und die Sauce wie im Rezept beschrieben fertig stellen.