

**Jörg Sackmann**  
**Knuspriger Schweinebauch in Honig-Senfsauce**  
**mit Radieschen-Salat**

**Dienstag, 5. März 2019**

**Rezept für 4 Personen**

**Dauer: 4 Stunden**  
**Schwierigkeitsgrad: mittel**  
**Feine Küche**

**Zutaten:**

**Für den Schweinebauch:**

1           Zwiebel  
1           Karotte  
1           Petersilienwurzel  
1/2 Bund   frischer Majoran (ersatzweise getrockneten Majoran)  
1 TL       Kreuzkümmel  
etwas      Pfeffer aus der Mühle  
800 g      Schweinebauch  
etwas      Salz

**Für die Sauce:**

1           rote Zwiebel  
1           Essiggurke  
1 EL       Olivenöl  
60 ml      Malzessig  
100 ml     Rotwein (Spätburgunder)  
350 ml     Fleischbrühe  
5          getrocknete Pflaumen  
1 TL       Honig  
1 TL       scharfer Senf  
1 Prise    Kreuzkümmel  
etwas      Salz

**Für den Salat:**

1 Bund     Radieschen  
3 EL       Balsamico  
5 EL       Olivenöl  
1 TL       Honig  
1 TL       scharfer Senf  
1 EL       Chili-Chicken-Sauce  
etwas      Salz  
etwas      Zucker  
1/2         Romanasalat  
1 Bund     Schnittlauch (oder wilder Schnittlauch)

## Für die Kartoffeln:

6	kleine Kartoffeln (z.B. Bamberger Hörnchen)
120 ml	Olivenöl
etwas	Salz

## Zubereitung:

1. Den Backofen 160 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
2. Zwiebel, Karotte und Petersilienwurzel schälen und in grobe Stücke schneiden.
3. Majoran abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.
4. Die Gemüsewürfel mit Majoran, Kreuzkümmel und grob gemahlenem Pfeffer in einen Schmortopf geben. Den Schweinebauch mit der Schwarte nach unten darauf legen und so viel Wasser (ca. 2 l) angießen, bis das Fleisch zu 2/3 mit Wasser bedeckt ist. Den Schmortopf mit passendem (backofengeeignetem) Deckel verschließen und im vorgeheizten Ofen den Schweinebauch zunächst 1,5 Stunden garen. Dann Salz zugeben und nochmals 1 Stunde garen. Dann aus dem Ofen nehmen und etwas abkühlen lassen.

**Tipp:** Den Schweinebauch kann man bereits am Vortag garen, dann im Topf auskühlen lassen und anschließend kühl stellen. Vor der weiteren Verarbeitung einfach den Schmortopf mit dem Schweinebauch auf dem Herd erhitzen, bis der Bauch wieder warm ist.

5. Für die Sauce Zwiebel schälen und fein schneiden, Essiggurke fein würfeln.
6. In einem Topf Olivenöl erhitzen und Zwiebel mit Essiggurke darin anschwitzen. Mit Malzessig und Rotwein ablöschen und die Flüssigkeit nahezu einkochen lassen.
7. Dann ca. 300 ml Kochfond vom Schweinebauch abschöpfen und mit der Fleischbrühe zugeben und die Flüssigkeit um gut die Hälfte einkochen lassen.
8. Für den Salat die Radieschen putzen, waschen und in dünne Scheiben schneiden.
9. Balsamico mit Olivenöl und 3 EL vom Schweinebauch-Kochfond in eine Schüssel geben. Honig, Senf und Chili-Chicken-Sauce hinzufügen und alles gut vermischen. Die Marinade mit Salz und Zucker abschmecken.
10. Radieschen in die Marinade geben und 20 Minuten darin ziehen lassen.
11. Romanasalat putzen, waschen und gut abtropfen lassen.
12. Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.
13. Backofengrill oder Oberhitze auf höchste Temperatur einschalten.
14. Den gegarten Schweinebauch aus dem Schmorfond nehmen und die Schwarte rautenförmig ein schneiden. Den Schweinebauch mit der Schwarte nach oben auf ein Backblech geben und ca. 10 Minuten im Ofen knusprig garen.
15. In der Zwischenzeit für die Sauce die Pflaumen fein würfeln.
16. Senf und Honig unter die Sauce rühren, die Pflaumen untermischen und mit Kreuzkümmel und Salz abschmecken.
17. Die Kartoffeln schälen und in feine Scheiben hobeln. In einer tiefen Pfanne Olivenöl erhitzen und die Kartoffelscheiben darin knusprig und goldbraun garen. Herausnehmen, gut abtropfen lassen und leicht salzen.
18. Kurz vor dem Anrichten Romanasalat und Schnittlauch unter die Radieschen mischen.
19. Den Schweinebauch aufschneiden, anrichten und mit der Sauce überziehen. Kartoffelchips und den Salat dazu reichen.

Pro Portion: 804 kcal / 3364 kJ  
23 g Kohlenhydrate; 39 g Eiweiß; 58 g Fett