



hr1-DOLCE VITA

Maria Groß

Thüringer Schweinebäckchen mit bunten Möhren

Für 2-4 Personen

ZUTATEN

Für die Schweinebäckchen:

½ Knollensellerie
1 Möhre
1 rote Zwiebel
½ Stange Lauch
6 Schweinebäckchen (ca. 400g)
Salz
Cayennepfeffer
etwas Sonnenblumenöl
1 l Rotwein (z.B. aus der Region Saale-Unstrut)
½ l Kalbsfond
etwas gehackter Knoblauch

Für die bunten Möhren:

500g bunte Möhren
3-4 frische Salbeiblätter
Salz
etwas Butter
Cayennepfeffer
etwas gehackter Knoblauch
Ahornsirup

ZUBEREITUNG

Für die Schweinebäckchen Knollensellerie, Möhre und Zwiebel putzen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Den Lauch putzen, waschen und in feine Ringe schneiden.

Den Backofen auf 150°C Umluft vorheizen. Die Schweinebäckchen rundum mit Salz und Cayennepfeffer würzen und in Öl in einer Pfanne kross anbraten. Die Schweinebäckchen in eine ofenfeste Form legen. Das Gemüse im übrigen Bratfett anbraten und mit dem Wein ablöschen. Die Gemüsemischung zu den Bäckchen geben und alles im Ofen 1 bis ½ Stunden



hr1-DOLCE VITA

(je nach Größe der Bäckchen) schmoren. Ab und zu wenden und bei Bedarf etwas Kalbsfond dazugießen.

Inzwischen für die bunten Möhren die Möhren putzen, waschen und längs halbieren. Salbei waschen, trocken tupfen und in dünne Streifen schneiden. Die Möhrenhälften jeweils separat nach Farben in reichlich Salzwasser blanchieren und in einem Sieb abtropfen lassen. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen und die Möhren darin anbraten. Kräftig mit Salz und Cayennepfeffer würzen und zum Schluss Salbei, Knoblauch und 1 Schuss Ahornsirup unterrühren.

Schweinebäckchen aus der Sauce nehmen, diese durch ein feines Sieb in einem Topf gießen und das Gemüse beiseitestellen. Sauce bei schwacher Hitze etwas reduzieren lassen, nochmal würzen, mit Knoblauch verfeinern und das Gemüse wieder dazugeben. Schweinebäckchen und bunte Möhren separat anrichten und mit etwas Sauce beträufelt servieren. Nach belieben mit gebratenen Champignons servieren.