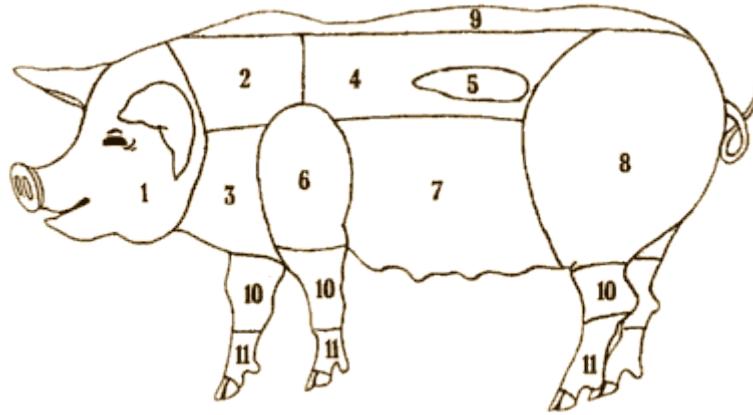


Das Schwein

Das gute alte Borstenvieh ist in unserer Region Fleischlieferant Nummer 1 geworden. Man bevorzugt heute Schweinefleisch, das nicht zu fett ist. Es soll blaß bis rosarot, saftig, von feiner Faser und von wenig, fast weißem Fett durchzogen sein. Durch das geschickte Vorgehen der Züchter ist es gelungen, Schweine mit 16 statt der von der Natur vorgesehenen 13 Rippenpaaren zu erzeugen. Als Schlachttier ist das Schwein nahezu vollständig verwertbar. Gewinnen wir zunächst einmal einen Überblick über Benennung und Verwendungszweck der einzelnen Körperpartien des Schweines:



- 1.KOPF - zum Kochen, für Sülze; die Backe wird auch geräuchert
- 2.NACKEN, KAMM, HALS - als Schmorbraten, aber auch zum Grillen; das Nackenkotelett zum Kurzbraten, teilweise auch geräuchert als Kasselerbraten
- 3.BRUST, BRUSTSPITZE, RIPPEN BRUST - zum Kochen, die Rippen auch zum Schmoren
- 4.RÜCKEN - Bratstücke, geräuchert als Kasseler, Koteletts zum Braten, Schmoren und Grillen
- 5.LENDE, FILET - im Ganzen (auch gefüllt) zum Braten und Schmoren, geschnitten als Medaillons, bekannt, bzw. mit anhängendem Rippenstück als Lendenkotelett
- 6.SCHULTER, BUG - entbeint und gerollt als Schmorbraten, für Ragouts, Hackfleisch, Spießchen
- 7.BAUCH - gefüllt und gerollt als Braten, in Scheiben zum Kochen oder Grillen, Schälrippchen, Pökel- und Rauchfleisch
- 8.KEULE, SCHINKEN, SCHLEGEL, NUSS - als Schnitzel und Steaks, Schwartenbraten mit und ohne Knochen
- 9.RÜCKENSPECK - als frischer Speck oder geräuchert zum Anbraten und Spicken zur Geschmacksverfeinerung
- 10.HAXE, EISBEIN - frisch oder gepökelt zum Kochen, Schmoren, Braten und Grillen
- 11.SPITZBEIN - für Sülze, zum Kochen

Zwiebelfleisch rumänisch

Zutaten:

- 500 g Schweinefleisch
- 500 g Zwiebeln
- 1/2 l Tomatensaft
- 1 Tasse Reis
- 1 kleine Dose Champignons
- 3 Paprikaschoten
- 3 Tomaten
- 1 EL Paprika edelsüß, Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Das Schweinefleisch und die Zwiebeln klein schneiden und in der Gareinheit 24 cm hoch anbraten. Anschließend Paprika und den Tomatensaft zugeben und die Energiezufuhr drosseln. Bei geschlossenem Deckel weitere 30 Minuten garen. In der Zwischenzeit die Paprikaschoten und die Tomaten klein schneiden und dazu geben. Zuletzt den gewaschenen Reis und die Pilze hinzufügen und noch etwa 20 Minuten dünsten lassen. Vor dem Servieren mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Als Beilage empfehlen wir Stangenweißbrot, als Getränk Rotwein.

Rheinische Bratwürste

Zutaten:

6 Paar frische Bratwürste
750 g Kartoffeln
1 Becher Crème fraîche
Salz und Muskatnuß

Zubereitung:

Die Bratwürste in der Gareinheit 24 cm flach anbraten. Energiezufuhr drosseln und die geschälten, in Scheiben geschnittenen Kartoffeln darüber schichten. Crème fraîche mit Muskatnuss und Salz verrühren und über die Kartoffeln gießen. Bei geschlossenem Deckel ca. 30 Minuten garen.

Als Beilage empfehlen wir grünen Salat, als Getränk kühles, helles Bier.

Paprikafleisch ungarisch

Zutaten:

750 g Schweine- und Rindfleisch
375 g Zwiebeln
375 g grüne Paprikaschoten
1 Dose Tomatenmark
1/8 l Rotwein
3 EL Crème fraîche
1 EL Paprika edelsüß, 1 Prise Paprika rosenscharf, Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Fleisch trocken tupfen, in grobe Würfel schneiden und in der Gareinheit 24 cm hoch kräftig anbraten. Energie auf kleinste Stufe stellen, Zwiebelringe und in Streifen geschnittene Paprika, sowie Tomatenmark zugeben. Mit Paprika, Pfeffer und Salz würzen. Ca. 40 Minuten bei geschlossenem Deckel dünsten, dann den Rotwein zugießen, umrühren und bei abgestellter Energie 5 Minuten weiter garen. Crème fraîche einrühren, abschmecken und vor dem Servieren einige Minuten durchziehen lassen.

Als Beilage empfehlen wir Reis, als Getränk Rotwein.

Bunter Gemüseeintopf

Zutaten:

50 g durchwachsener geräucherter Speck
1 Zwiebel
200-300 g Schweine- oder Rindfleisch (Schulter oder Bauch)
4-6 Kartoffeln
500 g Gemüse ihrer Wahl (z. B. Erbsen, Möhren, Lauch, Kohlrabi, Paprika, etc.)
gekörnte Brühe, Basilikum, Rosmarin, Majoran, Thymian, feingehackte Petersilie

Zubereitung:

Das Fleisch in größere, den Speck in kleinere Würfel schneiden und beides in der Gareinheit 24 cm hoch anbraten. Energiezufuhr auf kleinste Stufe stellen und die zuvor in mundgerechte Stücke zerkleinerten Zwiebeln, Kartoffeln und Gemüse zugeben ohne umzurühren. Bei geschlossenem Deckel ca. 40 Minuten garen. Anschließend umrühren, würzen und weitere 10 Minuten ziehen lassen. Vor dem Servieren mit feingehackter Petersilie garnieren.

Als Getränk empfehlen wir kühles Bier.

Rippchen in pikanter Soße

Zutaten:

4 große Schweinerippchen
1 Zwiebel
2 EL Crème fraîche
2 EL Tomatenmark
1 Gewürzgurke
1/4 l Fleischbrühe aus Würfeln
1 Lorbeerblatt, 3 Nelken, 1 TL Senfkörner, Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Rippchen nach dem Waschen und Abtrocknen pfeffern und von beiden Seiten im Pfannenbräter 24 cm - 2,0 l anbraten. Energiezufuhr drosseln und die kleingeschnittene Zwiebel zugeben. Sobald die Zwiebel angebräunt ist, mit der heißen Fleischbrühe ablöschen. Nun die Gewürze, das Tomatenmark und die in Würfel geschnittene Gurke dazugeben und gut verrühren. Bei schwacher Hitze und aufgedecktem Deckel 45 Minuten schmoren und anschließend Lorbeerblatt und Nelken herausnehmen. Jetzt mit Crème fraîche verfeinern und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zu den Rippchen empfehlen wir Kartoffelbrei und Sauerkraut, als Getränk kühles Bier.

Schweinenieren mit Rosinen

Zutaten:

500 g Schweinenieren
1/2 l Milch
1 Zwiebel
1/4 l Fleischbrühe aus Würfeln
1 EL Zitronensaft
1 EL Rosinen
Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Die Nieren längs aufschneiden und die Röhrchen entfernen; anschließend gründlich waschen und in die Mehrzweck-Schüssel 24 cm legen. Mit Milch übergießen und 30 Minuten stehen lassen; die Milch abgießen, Nieren trocken tupfen, in dünne Scheiben schneiden und zusammen mit der gehackten Zwiebel in der Gareinheit 24 cm flach anbraten. Deckel auflegen und Energiezufuhr drosseln. Nach 15 Minuten Garzeit die Brühe zugießen, umrühren und mit aufgelegtem Deckel noch ca. 5 Minuten garen, dann die Rosinen zugeben und noch einige Minuten ziehen lassen. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Als Beilage empfehlen wir Bratkartoffeln und grünen Salat, als Getränk gut gekühlten Weißwein. Dieses Gericht kann noch verfeinert werden, indem Sie zum Abschmecken zusätzlich etwas Tomatenmark und Madeira verwenden.

Curryfleisch (scharf)

Zutaten:

750 g Schweinefilet
1 Knoblauchzehe
2 Zwiebeln
heißes Wasser
1 EL Sardellenpaste
4 EL Öl
2 EL Sojasoße
Paprika scharf, Cayennepfeffer, Kurkuma (Curry), Ingwerpulver und Salz

Zubereitung:

Schweinefilet nach dem Waschen und Trocknen in dicke Würfel schneiden und in die Mehrzweck-Schüssel 24 cm geben. Die geschälte Knoblauchzehe mit Salz zerdrücken und mit Öl, Sardellenpaste, Sojasoße und den Gewürzen zu einer Marinade anrühren. Diese gut verteilt über das Fleisch geben und etwa eine Stunde zum Beizen stehen lassen. Anschließend werden die mit Marinade bedeckten Fleischwürfel in der Gareinheit 24 cm flach angebraten. Nun die Energiezufuhr drosseln, die zerkleinerten Zwiebeln dazugeben und mit geschlossenem Deckel ca. 5 Minuten weiterdünsten. Je nach gewünschter Soßenmenge heißes Wasser zugeben und eine halbe Stunde bei schwacher Hitze ziehen lassen, evtl. mit Salz abschmecken.

Als Beilagen empfehlen wir ungewürzten Reis, da das Gericht sehr scharf ist!
Unser Getränkervorschlag: kühles, helles Bier.

Schweinefleisch mit Ananas

Zutaten:

500 g Schweinefilet
30 g Butter
30 g Mehl
1/8 l heiße Fleischbrühe aus Würfeln
1/8 l Ananas
4 Scheiben Ananas
30 g Puderzucker
Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Das Fleisch nach dem Waschen und Abtrocknen in dicke Scheiben schneiden und flachdrücken, anschließend pfeffern. Die Fleischscheiben im Pfannenbräter 24 cm - 2,0 l von beiden Seiten anbraten, die Energiezufuhr abstellen und mit aufgelegtem Deckel ca. 10 Minuten weitergaren. Die Butter in der Stielkasserolle 16 cm erhitzen und das Mehl zugeben, unter gleichmäßigem Rühren leicht anbräunen. Nun die Fleischbrühe und den Ananassaft zugeben und einige Minuten aufkochen lassen, anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch wird mit der zerkleinerten Ananas belegt. Nun die Soße dazugeben und das Ganze mit Puderzucker bestäuben. Die Gareinheit in die vorgeheizte Bratröhre geben und ca. 10 Minuten gratinieren.

Als Beilage empfehlen wir Salzkartoffeln und grünen Salat, als Getränk eignet sich hierzu besonders herber Weißwein.

Schweinefilet auf Mailänder Art

Zutaten:

2 Schweinelendchen
4 Scheiben Rauchfleisch
1/2 Tasse Sauerrahm
1/2 Tasse Fleischbrühe aus Würfeln
1 kleine Dose Tomatenmark
1 AL Mehl
100 g geriebener Hartkäse
Salz und Zitronenpfeffer

Zubereitung:

Die Filets in der Mitte zerschneiden und leicht klopfen. Anschließend mit dem Rauchfleisch umwickeln und dieses mit Holzstäbchen feststecken. In der Gareinheit 24 cm flach von allen Seiten kräftig anbraten. Anschließend die Energiezufuhr drosseln und mit der Fleischbrühe ablöschen. Bei geschlossenem Deckel ca. 35 Minuten garen. (Wir empfehlen Ihnen als Beilage zu diesem Gericht Rosenkohl, den Sie jetzt in der Gareinheit über dem Fleisch dünsten können.) Die Lendchen nun salzen und pfeffern. Den Sauerrahm jetzt mit Tomatenmark, Mehl und dem Käse verrühren. Diese Mischung über die Lendchen geben und in der vorgeheizten Bratröhre noch ca. 10 Minuten überbacken.

Unser Getränkevorschlag: gut gekühlter Roséwein.

Schweinebraten im Schlafrock

Zutaten:

1 kg Schweinerücken
1 Zwiebel
Salz und Pfeffer
für die Kruste:
6 gekochte Kartoffeln
6 EL Sauerrahm
4 EL Semmelbrösel
4 EL Butter
geriebene Muskatnuss

Zubereitung:

Falls Knochen vorhanden, diese auslösen und den Braten pfeffern. Je nach Größe eine passende Gareinheit auswählen und das Fleisch von allen Seiten anbraten. Anschließend die Energiezufuhr drosseln, die gehackte Zwiebel zugeben und bei geschlossenem Deckel ca. 90 Minuten garen. Aus den gekochten, geriebenen Kartoffeln, dem Rahm und etwas Butter einen milde gesalzene Kartoffelbrei herstellen. Den Brei mit Muskatnuss würzen und in einer dicken Schicht auf dem Braten auftragen. Mit Semmelbröseln bestreuen, mit etwas zerlassener Butter übergießen und den Braten im kräftig vorgeheizten Ofen noch einmal ca. 25 Minuten überbacken. Die Kruste sollte sehr knusprig gebacken sein.

Als Beilage empfehlen wir sehr feines Gemüse wie Rosenkohl, zarte Karotten oder Spargel, welches Sie während der Garzeit des Bratens in der Siebeinheit dünsten können.
Als Getränk passt hier sehr gut, herber Weißwein.

Schweineschulter auf Porree

Zutaten:

1 kg Schweineschulter ohne Schwarte und Knochen
3 Knoblauchzehen
12 bis 15 mitteldicke Porreestangen (brutto ca. 1,5 kg)
Salz und Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Das Fleisch der Länge nach mit einem Schlachterfaden so binden, dass es eine schöne Form hat. Die geschälten Knoblauchzehen in feine Stifte schneiden und den Braten damit spicken. Das Fleisch mit frisch gemahlenen Pfeffer einreiben und in der Gareinheit 24 cm flach von allen Seiten anbraten. Deckel auflegen, Energiezufuhr drosseln und ca. 45 Minuten garen. Inzwischen von den Porreestangen das dunkle Grün abschneiden, und den Rest gründlich waschen. Das Gemüse in der Gareinheit 24 cm hoch, garen. Den Braten auf die Lauchstangen geben, leicht salzen, den Deckel auflegen und bei kleinster Energiezufuhr ca. 20 Minuten garen. Der Bratenfond zieht dadurch in den Porree ein und gibt ihm ein ganz besonderes Aroma.

Als Beilage empfehlen wir Stangenweißbrot, als Getränk leichten roten Landwein.

Schweinesteak mit grünem Pfeffer

Zutaten:

4 Schweinesteaks von je 150 g
2 EL grüner Pfeffer aus dem Glas
1 Knoblauchzehe
1 EL Öl
Salz

Zubereitung:

Die Pfefferkörner auf einer festen Unterlage mit einer Gabel zerdrücken, anschließend mit den geschälten Knoblauchzehen ebenso verfahren. In einem Schälchen wird die Masse zusammen mit Öl und einer Prise Salz zu einer zähen Paste vermischt. Die Schweinesteaks werden nun im Griddle 24 cm ungewürzt angebraten. Nach dem Wenden bestreicht man die gebräunte Oberseite mit der Paste und brät fertig. Nun die Energiezufuhr abschalten, Deckel auflegen und ca. 10 Minuten weitergaren.

Als Beilage empfehlen wir Bratkartoffeln und grünen Salat, als Getränk kühles Bier.