

Minkis Rezept: High Class Küche

Zubereitungszeit: 2 Tage

Portionen: für 1 Personen



Menge (g) (Stück)	Zutaten
Für das Schweinefleisch:	
400 g	Schweinebauch (jung)
400 g	Schweinelachse
	Salz
2 TL	Kreuzkümmel
1	Ingwer Knolle, gerieben
1	Knoblauchzehe, fein zerdrückt
1	Chili, entkernt und fein gehackt
2 EL	Zitronengraspulver
	Schwarzer Pfeffer aus der Mühle
	Oliveöl
Für das Rautengemüse:	
100 g	Möhren
100 g	Sellerie



Zubereitung:

1. Den Schweinebauch von allen Seiten salzen und auf dem mittleren Gitter eines Dampfgarofens ca. 1 Stunde bei 100 °C (Dampfmodus) garen. Auf den Boden des Ofens ein kleines Blech stellen, um das austretende Fett aufzufangen. Alternative Zubereitung in Ermangelung eines Dampfgarofens: Den Schweinebauch mit der Schwarte nach unten in einen kleinen Bräter oder eine Auflaufform legen. Gerade so viel Wasser in den Bräter gießen, dass das Fleisch zur Hälfte bedeckt ist. Dann den Bräter mit Alufolie verschließen und das Fleisch auf dem mittleren Gitter im Backofen (Ober-/Unterhitze) 80 Minuten garen.
2. Das im Dampfgarer oder Backofen vorgegarte Fleisch mit der Schwarte nach oben auf ein Schneidebrett legen und mit einem Messer rautenförmig einschneiden. Das Fleisch würzen und dann erneut im vorgeheizten Backofen (120°C Umluft) bei 45-60 Minuten auf eine Kerntemperatur von 66°C garen. (Bis zu diesen Schritten kann der Schweinebauch bereits am Vortag vorbereitet und bis zur Zubereitung im Kühlschrank aufbewahrt werden).
3. Den gegarten Schweinebauch in Rechtecke schneiden, diese auf einem Backblech verteilen und unter dem auf 220°C vorgeheizten Backofengrill 10-20 Minuten knusprig-braun grillen.
4. Der Schweinelachs wird mit „Air Bag-farina“ paniert. Die panierten Würfel ausbraten. Dabei das Fleisch in der Pfanne ruhen lassen und anschließend wenden, so dass die Würfel von allen Seiten schön braun sind. (Garpunkt beachten, zu Testzwecken kann ein Würfel aufgeschnitten werden. Innen sollte das Fleisch schön zart rosa sein).
5. Als nächstes wird das Filetstück verarbeitet. Das ganze Filetstück wird im Schweinefonds kurz blanchiert, da das üblicherweise nicht in Privathaushalten vorhanden ist, kann das Filet kurzgebraten sein oder im Backofen bei niedriger Temperatur zubereitet werden.
6. Für das Rautengemüse nehmen wir frisches Gemüse nach Wahl und schneiden es in gleich große Rauten. Anschließend im Wok knackig zubereiten.

Wir wünschen einen guten Appetit!