

Schweinshals-Lollipop



Meine Wahl.

 Gesamtzeit: 1 h 50 min

 Aktivzeit: 15 min

 Einfach



Zutaten

für 4 Stück

600 g	Schweizer Schweinshals
150 g	Fleischkäsebrät vom Schweizer Kalb
8 Tranchen	Kochspeck vom Schweizer Schwein
30 g	BBQ-Sauce

Nährwerte

1 Lollipop enthält ca.:

482	kcal
38 g	Eiweiss
2 g	Kohlenhydrate
36 g	Fett

 Glutenfrei

 Laktosefrei

 Low Carb

Tipp

Den Schweinshals am besten gleich an der Fleischtheke in Plätzli à ca. 150g schneiden lassen.

Zubereitung

- 1** Schweizer Schweinshals in feine Scheiben schneiden, klopfen und mit Fleischkäsebrät bestreichen und zusammenklappen.
- 2** Auf zwei überkreuzte Specktranchen legen und damit einpacken.
- 3** ?Mit Klarsichtfolie einpacken und eine Stunde kaltstellen.
- 4** Danach auspacken, Holzspiess reinstecken und bei 200°C Umluft etwa 30min backen.

5

Rausnehmen, mit BBQ-Sauce bepinseln und 5 weitere Minuten karamellisieren lassen.