Schweinshals-Schinkli im Rüebli-Eintopf

Schweizer Fleisch
Meine Wahl.

Gesamtzeit: 1 h 15 min
Aktivzeit: 25 min
Einfach



Zutaten

für 4 Personen

800 g	geräucherter Hals vom Schweizer Schwein (vorbestellen)
600 g	gemischte Rüebli (z.B. Nantaise, Pfälzer, Küttiger)
2	Zwiebeln
900 g	Kartoffeln
3 EL	Olivenöl
3	Lorbeerblätter
2	Nelken
	Pfeffer aus der Mühle
40 g	Butter

Nährwerte

1 Portion (ohne Salat) enthält ca.:

772	kcal
43 g	Eiweiss
39 g	Kohlenhydrate
45 g	Fett

Glutenfrei
Laktosefrei

Nur bestes Futter.

Unsere Nutztiere erhalten nur streng kontrolliertes, art- und umweltgerechtes Futter: gentechfrei, ohne Tiermehl und ohne Hormone und Antibiotika zur Leistungsförderung.

Zubereitung

1. Rüebli, Zwiebeln und Kartoffeln rüsten und in mundgerechte Stücke schneiden. Olivenöl in einem grossen Topf erhitzen, Gemüse hineingeben und andünsten. Mit Wasser auffüllen, bis das Ganze knapp bedeckt ist. Lorbeerblätter und Nelken zugeben und zum Kochen bringen.

2. Den Schweinshals hineingeben und das Ganze mit Deckel bei milder Hitze ca. 50 Minuten kochen lassen.

3 Schweinshals herausnehmen und in Scheiben schneiden. Lorbeerblätter und Nelken entfernen. Gemüse und Sauce nach Belieben mit Salz und Pfeffer würzen und die Butter in der Sauce schmelzen. Die Schweinshalsscheiben nochmals kurz in der Sauce wärmen. Das Fleisch zusammen mit dem Gemüse in Suppentellern servieren.

Dazu passt ein grüner Salat.