


Ossobuco vom Schwein perfekt schmoren



Der feine Unterschied.

 Gesamtzeit: 2 h 10 min

 Aktivzeit: 40 min

 Einfach



Zutaten

für 6 Personen

- 8 Haxen vom Schweizer Schwein (in 3–4 cm dicke Scheiben geschnitten)
Salz
Pfeffer aus der Mühle
- 50 g Weissmehl
- 3 EL Öl
- 1 EL Zwiebel, geschält, in Würfel geschnitten
- 2 Knoblauchzehen, geschält, halbiert
- 1 Rüebli geschält, in Würfel geschnitten
- 200 g Knollensellerie, geschält, in Würfel geschnitten
- 3 EL Tomatenpüree
- 2 dl Rotwein
- 6 dl Bratenfond
- 3 EL Honig
- 2 Gewürznelken

Zubereitung

- 1 Haxenscheiben 1 Stunde vorher aus dem Kühlschrank nehmen.
- 2 Die weisse Sehne an der Seite durchtrennen, damit die Haxe schön flach bleibt. Dazu die Haxen ca. 1 cm links und rechts vom Knochen einschneiden.
- 3 Haxen salzen und pfeffern, im Mehl wenden und abklopfen. Pfanne mit Öl auf höchster Stufe erhitzen. Wenn das Öl flüssig ist, Haxenscheiben portionenweise hineingeben, auf beiden Seiten je ca. 2 Minuten anbraten und herausnehmen.

Nährwerte

1 Portion (ohne Bramata) enthält ca.:

- 707 kcal
- 55 g Eiweiss
- 68 g Kohlenhydrate
- 19 g Fett

 enthält Gluten

 Laktosefrei

Strenge Schweizer Richtlinien.

Die Schweiz hat eines der strengsten Tierschutzgesetze der Welt.

- 4 Herd auf mittlere Stufe zurückdrehen. Zwiebel, Knoblauch und Gemüse hineingeben und rösten, bis alles schön goldbraun ist.
- 5 Tomatenpüree dazugeben, ca. 3 Minuten lang mitrösten und mit Rotwein ablöschen.
- 6 Den Wein ca. 3 Minuten einkochen lassen. Dann Bratenfond, Honig und die Gewürznelken dazugeben und gut umrühren.
- 7 Haxen wieder hineingeben und das Ganze auf kleiner Stufe zugedeckt ca. 1,5 Stunden schmoren. Das Fleisch sollte gut mit Flüssigkeit bedeckt sein.
- 8 Nach 1,5 Stunden Schmorzeit mit der Fleischgabel testen, ob das Fleisch gar ist. Wenn sich die Gabel einfach in die Haxen stechen lässt, sind sie so weit.
- 9 Anrichten und sofort servieren.
Dazu passt Bramata.