


Glasiertes Schweinsrack mit Grillgemüse



Der feine Unterschied.

 Gesamtzeit: 2 h 50 min

 Aktivzeit: 50 min

 Mittel



Zutaten

für 4 Personen

Fleisch

- 1 ganzes Rack vom Schweizer Schwein (ca. 1000 g)
Meersalz
- 2 EL Paprikapulver
- 4 TL Knoblauchpulver
- 4 TL Chilipulver
- 2 TL Senfpulver
- 2 TL frischer schwarzer Pfeffer

BBQ-Sauce

- 175 ml Apfelsaft
- 125 ml Ketchup
- 3 EL Apfelessig
- 2 EL Sojasauce
- 1 TL Worcestersauce
- 1 TL Melasse
- 0.5 TL Chilipulver
- 0.5 TL Knoblauchpulver
- 0.5 TL gemahlener schwarzer Pfeffer

Grillgemüse

- 3 Pastinaken
- 4 Frühlingszwiebeln
- 2 Thymianzweige
- 3 EL Olivenöl
- Salz

Erhalte Rezepte, Tipps und spannende Geschichten rund um Schweizer Fleisch auf schweizerfleisch.ch.

Pfeffer
0.5 Limette

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

587 kcal
30 g Eiweiss
25 g Kohlenhydrate
40 g Fett

 enthält Gluten

 Laktosefrei

Zubereitung

- 1 Für den Rub die Gewürze bis und mit schwarzem Pfeffer miteinander vermischen. Das Rack anschliessend ausgiebig mit dem Rub einreiben.
- 2 Das Rack anschliessend für 2–3 Stunden bei ca. 100–120 °C im Wassermoker garen.
- 3 Für die BBQ-Sauce alle Zutaten vermischen und zu einer homogenen Sauce verrühren.
- 4 Das Fleisch in den letzten 40 Minuten der Garzeit in regelmässigen Abständen mit der BBQ-Sauce bepinseln. Die Fleischoberfläche darf eine schön dunkle und glänzende Farbe annehmen und die Schwarte Blasen werfen.
- 5 Währenddessen die Pastinaken und die Frühlingszwiebeln rüsten und in dünne Streifen schneiden. Das geschnittene Gemüse mit Thymian und Olivenöl vermengen, salzen und pfeffern.
- 6 In einer feuerfesten Form bei indirekter Hitze mitgrillen, bis es gar ist. Gelegentlich wenden.
- 7 Das Fleisch vom Grill nehmen und in gewünschte Stücke schneiden. Das Gemüse mit Limettensaft und einem Schuss Olivenöl abschmecken. Beides zusammen servieren.