


Kräuter-Schinken-Souvlachen mit grünen Spargeln



Der feine Unterschied.

 Gesamtzeit: 4 h 45 min

 Aktivzeit: 35 min

 Einfach



Zutaten

für 4 Personen

- 400 g** gekochter Schinken am Stück vom Schweizer Schwein
- 8 Blätter** Gelatine
- 5.5 dl** Gemüsebouillon
- 0.5 dl** Apfelessig
- 1** Frühlingszwiebel
- 1 Bund** glatte Peterli
- 0.5 Bund** Kerbel
- Salz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 1** Rüeblli
- 100 g** Stangensellerie
- 3 EL** Rapsöl
- 3 EL** Zitronensaft
- 1 EL** Senf
- 1 Prise** Zucker
- 1 Bund** Schnittlauch
- 1 kg** grüner Schweizer Spargel
- 4 Stück** Nussbrötchen, je ca. 60 g

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

- 537** kcal
- 39 g** Eiweiss
- 36 g** Kohlenhydrate
- 25 g** Fett

 enthält Gluten

 Laktosefrei

Tipp

Statt in eine grosse Terrinenform kann man die Sülzchen auch in einzelne Timbale-Förmchen füllen.

Zubereitung

1 Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Schinken in kleine Würfel schneiden.

2 Gemüsebouillon und Apfelessig aufkochen. Gelatine im heissen Sud auflösen. Auf Zimmertemperatur abkühlen lassen.

3

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

Frühlingszwiebel waschen und samt Grün fein hacken. Peterli und Kerbel hacken. All diese Zutaten mit dem Schinken zum Sud geben und mit Salz und Pfeffer würzen.

- 4 Eine Cakeform von 1 l Inhalt mit Klarsichtfolie auslegen. Die Schinken-Sülze in die Form füllen und im Kühlschrank für mindestens 4 Stunden fest werden lassen.
- 5 Rübli und Stangensellerie rüsten und in sehr feine Würfel schneiden. Im heissen Öl 2 Minuten dünsten. In eine Schüssel geben und abkühlen lassen. Mit Zitronensaft, Senf, Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Schnittlauch fein schneiden und dazugeben.
- 6 Spargeln waschen, die Enden um 2 cm kürzen. In Salzwasser oder im Dampf etwa 8 Minuten garen. Auf eine Platte geben und die Gemüsemarinade darüber verteilen.
- 7 Sülze aus der Form nehmen und in Scheiben schneiden. Mit den Spargeln auf Tellern anrichten. Brötchen separat dazu servieren.