Schweinshals im Süssmost geschmort

Meine Wahl.

Gesamtzeit: 1 h 35 min

Aktivzeit: 20 min

Einfach



Zutaten

für 6 Personen

800 g	Hals vom Schweizer Schwein
150 g	Speckwürfeli vom Schweizer Schwein
200 g	Schalotten
400 g	braune Champignons
1 EL	Bratbutter
	Pfeffer aus der Mühle
	Salz
3 Zweige	Rosmarin
4 dl	Süssmost
2 dl	Bouillon

Nährwerte

1 Portion (ohne Salat und Baguette) enthält ca.:

422	kcal
32 g	Eiweiss
10 g	Kohlenhydrate
27 g	Fett

Glutenfrei

Laktosefrei

Zubereitung

1. Schalotten schälen und je nach Grösse halbieren oder vierteln. Champignons mit einer Bürste oder Küchenpapier abreiben.

2. Bratbutter in einem Bräter bei mittlerer Hitze schmelzen. Schweinshals hineingeben und während ca. 5–6 Minuten rundherum anbraten. Speck und Schalotten dazugeben und glasig dünsten. Mit Pfeffer und wenig Salz würzen, Rosmarinzweige dazugeben und das Ganze mit Süssmost und Bouillon auffüllen.

3. Geschlossen bei milder Hitze ca. 75 Minuten garen. Den Schweinshals dabei 2–3 Mal wenden. Bei Bedarf etwas Flüssigkeit hinzufügen. Die Champignons 30 Minuten vor Ende der Garzeit dazugeben.

4. Um zu testen, ob der Schweinshals schön zart ist, mit einer (Fleisch-)Gabel hineinstechen. Geht das ganz einfach, ist er durch.

5 Das Fleisch aus der Pfanne nehmen, in dünne Scheiben schneiden und mit der Sauce auf vorgewärmten Tellern servieren.

Dazu passt ein grüner Salat und ein warmes Baguette.