

Schweinefleisch-Ribollita mit Kartoffeln und Wirz



Der feine Unterschied.

 Gesamtzeit: 1 h 40 min

 Aktivzeit: 40 min

 Einfach



Zutaten

für 4 Personen

- 400 g** Ragout vom Schweizer Schwein
- 150 g** Speckwürfelchen vom Schweizer Schwein
- 1** rote Zwiebel
- 1 EL** HO-Sonnenblumenöl oder HOLL-Rapsöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 0.5 TL** Kümmel
- 1.2 l** Hühnerbouillon
- 2 dl** Tomatensaft
- 2** Rüeblì
- 400 g** festkochende Kartoffeln
- 400 g** Wirz
- 1 Dose** weisse Bohnen (abgetropft 240 g)
- 4 Zweige** Majoran
- 4 Zweige** Oregano
- 0.5 Bund** glatter Peterli
- 50 g** geriebener Sbrinz

Zubereitung

- 1** Das Fleisch 1 Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen.
- 2** Die Ragoutstücke jeweils nochmals in 4 Stücke schneiden. Zwiebel schälen und hacken.

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

- 614** kcal
- 49 g** Eiweiss
- 45 g** Kohlenhydrate
- 23 g** Fett

 Glutenfrei

 Laktosefrei

Rückverfolgbar vom Teller bis zum Hof:

Jedes Stück Schweizer Fleisch kann lückenlos bis zum Hof zurückverfolgt werden.

- 3 In einem Schmortopf das Öl kräftig erhitzen und Fleisch sowie Speck darin anbraten. Zwiebel beifügen, mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen, Bouillon und Tomatensaft dazugießen und das Fleisch 70 Minuten zugedeckt schmoren lassen.
- 4 Rübli und Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. Wirz zuerst in breite Streifen, dann ebenfalls in Würfel schneiden.
- 5 Nach 70 Minuten Garzeit das Gemüse und die Kartoffeln beifügen und 25 Minuten mitgaren.
- 6 Bohnen in ein Sieb abgiessen und unter warmem Wasser abspülen. Kräuter fein hacken.
- 7 Am Ende der Garzeit Kräuter und Bohnen beifügen und wenn nötig noch etwas Flüssigkeit nachgeben. Die Ribollita mit Salz und Pfeffer abschmecken und nochmals 5 Minuten kochen lassen. Den Sbrinz separat dazu servieren.

Tipp

Wenn's schnell gehen muss, kann man die Ribollita auch mit Hackfleisch zubereiten. So steht der One Pot schon nach 30 Minuten Kochzeit auf dem Tisch.