

Herzhaftes Rostbrätl mit Schmorzwiebeln und geröstetem Graubrot

Christian HENZES Rostbrätl mit Schmorzwiebeln und Bratkartoffeln

Zutaten für 4 Personen:

4 durchwachsene Scheiben Schweinefleisch vom Kamm à 180 g

Marinade

2 mittelgroße Zwiebeln

2 Knoblauchzehen

2 EL mittelscharfer Senf

1 Fl. dunkles Bier (0,5l)

1 EL Butter

1 TL Zucker

Zubereitung:

Das Fleisch kräftig klopfen. Für die Marinade Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen und in dünne Scheiben schneiden. Das Fleisch mit dem Senf einreiben, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Rostbrätl abwechselnd in einer Schüssel mit Zwiebel- und Knoblauchscheiben schichten und das Bier angießen, so dass das Fleisch bedeckt ist. Mindestens 24 Stunden im Kühlschrank marinieren.

Die Rostbrätl aus der Marinade nehmen, abtropfen lassen und auf dem vorgeheizten Grill oder in der Bratpfanne von beiden Seiten knusprig braten.

Für die Zwiebeln Butter in einer Pfanne aufschäumen und die abgetropften Zwiebeln darin sanft schmoren lassen. Mit Zucker, Pfeffer und Salz abschmecken.

Röstbrot

Zutaten für 4 Personen:

4 Scheiben Bauernbrot

2 EL Kräuterbutter

2 EL Sahne Meerrettich

etwas frisch gehackte Petersilie

2 schöne Strauchtomaten

1 EL Öl

Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

Brotscheiben mit Butter bestreichen und auf dem Grill oder in einer Pfanne rösten. Herausnehmen und mit Meerrettich bestreichen.

Anrichten:

Die Rostbrätl auf den Brotscheiben legen und mit frisch gehackter Petersilie bestreuen. Die Tomaten waschen, Stielansätze entfernen und klein schneiden. Mit etwas Öl, Salz und Pfeffer abschmecken und dazu arrangieren.

Spinatsalat mit Ziegenkäse-Dressing

Zutaten für 4 Personen:

3 EL Walnüsse
60 g Ziegenfrischkäse
50 ml Sahne
5 EL Rapskernöl
6 EL Apfelessig
1/2 TL Zucker

Für den Salat

200 g junger Blattspinat
3 Scheiben Toastbrot
4 EL Rapskernöl
1 TL Rosmarinnadeln
1 Aprikose (oder Birne)
1 Knoblauchzehe
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Die Nüsse grob hacken und in einer beschichteten Pfanne anrösten. Den Käse mit Sahne, Öl, Essig und Zucker cremig rühren.

Den Spinat waschen und trocken schleudern, die Stiele abzupfen. Das Toastbrot in 1 cm große Würfel schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Brotwürfel darin mit gehacktem Rosmarin, dem geschälten und fein geschnittenen Knoblauch, Salz und Pfeffer anrösten.

Aprikose waschen und würfeln.

Den Spinat mit den Croutons und dem Dressing mischen und auf Tellern anrichten. Die Nüsse und Aprikosenwürfel darüber streuen.