

RADIO SALÜ**101,7**

Rezept von RADIO SALÜ
Küchenchef Uwe Zimmer aus der
Mitkoch-Show, immer sonntags
von 9-13 Uhr.

Saftiger Schweinebraten mit Kräuter-Kartoffeln, Lauch und Viez-Äpfeln

Zutaten für 4 Personen:	
80 g Senfkörner	1 Stange Lauch
Ahornsirup	frischer Thymian
Salz Pfeffer	1,7 kg Kartoffeln
1,5 kg Schweinenacken	4 Äpfel
	Viez

Zubereitung:

Zerkleinern Sie Senfkörner im Mörser.

Verrühren die zerstoßenen Senfkörner mit so viel Ahornsirup, das sie eine dicke Paste haben und würzen mit etwas Salz.

Bestreichen Sie einen Schweinenacken dickt mit der Senf-Ahornsirup-Creme
legen den Braten in einen tiefen Bräter und garen ihn bei 150° gute 2,5 Stunden.

Schneiden Sie eine Stange Lauch in Ringe, vierteln geschälte Kartoffeln und vierteln geschälte und entsteinte Äpfel. Das alles mischen Sie in einer Schüssel mit etwas Salz, Pfeffer und frischen Thymian.

45 Minuten vor Ende der Backzeit schütten Sie die Lauch-Kartoffel-Apfelstücke um den Braten rum und gießen einen viertel Liter Viez an.

Wenn der Braten fertig ist, Ofen ausstellen, abdecken und 10 Minuten ruhen lassen.

Schneiden Sie den braten auf und richten ihn mit dem Gemüse an.