



Gefüllter Schweinebauch

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 5-6
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 1:30 h
- **Fertig in** 1:50 h

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '110', 'cook_time' : '1:30 h', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '5-6', 'yield' : '' });
```

Rustikal, „schmackig“, preiswerte Alltagsküche, passt zu viele Beilagen

Zutaten

- 1 kg ausgesucht magerer Schweinebauch ohne Knochen
- Für die Füllung:
- 2 altbackene Brötchen, eingeweicht
- 200 g Schweinemett, zerbröseln
- 1 mittelgroße Zwiebel, gewürfelt
- 2 El gehackte Petersilie
- 2 El gehackter Schnittlauch, etwas frischer oder auch gerebelter Majoran, gehackt
- 1/2 Knoblauchzehe, gepresst
- 1 El Senf
- 2 ganze Eier
- Salz, Pfeffer, Rosenpaprika, Kümmel aus der Mühle, etwas geriebene Muskatnuss
- 250 g Röstgemüse aus: Groben Zwiebeln, Knollensellerie, Porree, Möhren
- 2 El Pflanzenöl

Zubereitungsart

Schritt1

Kleiner Hinweis:

Schritt2

In den vom Metzger pfannenfertig vorbereiteten Schweinebauch eine Tasche schneiden lassen und die Schwarte streifenförmig einschneiden lassen.

Schritt3

(So, wie man nach dem Braten den Bauch auch aufschneidet)

Schritt4

Die Füllung:

Schritt5

Das Schweinemett und die gut ausgedrückten Brötchen mit den Eiern vermengen.

Schritt6

Die Zwiebeln mit dem Knoblauch zunächst glasig anschwitzen, mit den gehackten Kräutern zur Füllung geben. Salzen, pfeffern und mit etwas gemahlenem Kümmel und Muskatnuss würzen, alles gut verarbeiten.

Schritt7

Den Schweinebauch auch innen würzen und dünn mit Senf einstreichen, erst jetzt die Füllung stramm hinein geben, mit Zahnstochern oder Küchengarn verschließen oder binden; auch äußerlich würzen.

Schritt8

In einem ausreichend großen Bräter rund herum von anbraten, dann das Röstgemüse dazu geben, anrösten.

Schritt9

Mit einem 1/2 l Wasser angießen und für ca. 1 1/2 - 2 Stunden auf die mittlere Schiene des auf 180 ° C vorgeheizten Backofens schieben.

Schritt10

Ev. etwas Wasser nachgießen in den Bauch hin und wieder begießen, knusprig braten, glacieren.

Schritt11

Den Bratensaft passieren, etwas entfetten, ev. mit einem Gläschen braunen Schweinebratenfond und etwas Senf, auf die benötigte Menge einkochen.

Schritt12

Oder / und leicht mit Speisestärke "sämig" binden, nachschmecken.

Schritt13

Den Schweinebauch von Zahnstochern und Küchengarn befreien, danach aufschneiden.

Rezeptart: Fleischgerichte **Tags:** Petersilie, Schnittlauch, Schweinebauch, Schweinemett

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/gefuellter-schweinebauch/>