

# Lackierter Jungschweinebauch im Gewürzsud mit fernöstlicher Note

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 2:30 h
- **Fertig in** 2:50 h

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '170', 'cook_time' : '2:30 h', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4', 'yield' : " " });
```

Der etwas andere Schweinebauch, eine wahre Geschmacksexplosion

## Zutaten

- 1 kg magerer, küchenfertiger Jungschweinebauch
- Etwas Sesamöl zum anbraten
- Salz
- Für den Gewürzsud:
  - 400 ml brauner Bratensaft vom Schwein aus dem Supermarkt
  - 200 ml Mirin, japanischer Süßwein
  - 200 ml Sojasauce
  - 200 ml Sake
  - 1 Knoblauchzehe
  - 1 kleiner Bund Zitronen - Thymian, gehackt
  - 1 Stück Sternanis
  - 1 Stange Zitronengras, ohne die äußere Schicht, in feinen Ringen
  - 1 Lorbeerblatt
- Für den Lack.
  - 30 g Ingwersirup
  - 1 EL frischer Ingwer
  - 30 g Tannenhonig
  - 30 g Sojasauce
  - 1 TL Ingwer, Frisch gerieben
  - 1 TL Korianderkörner
  - 1/2 TL Szechuan - Pfeffer
  - 1 TL Zitronenschale, gewürfelt

## Zubereitungsart

## **Schritt1**

Der Gewürzsud:

## **Schritt2**

Den braunen Bratensaft mit Mirin, Sojasauce, Sake aufkochen und die o. g. Kräuter und Gewürze dazu geben, ca. 20 min. „ausziehen“ lassen.

## **Schritt3**

Zunächst den Schweinebauch in Sesamöl von allen Seiten anbraten, leicht Farbe nehmen lassen.

## **Schritt4**

Den Schweinebauch mit dem Gewürzsud in einen Klarsichtbeutel geben und über Nacht in den Kühlschrank legen, marinieren.

## **Schritt5**

Danach alles in einen ausreichend großen Bräter geben und für

## **Schritt6**

2 - 2,5 Stunden in den auf 100° C vorgeheizten Backofen schieben, recht langsam garen

## **Schritt7**

Der Lack:

## **Schritt8**

In der Zwischenzeit den Ingwersirup, Tannenhonig, Sojasauce, Korianderkörner und Pfeffer mischen, erhitzen und auf die Hälfte einkochen lassen. Zuletzt den fein geriebenen Ingwer und die Zitronenschale dazu geben.

## **Schritt9**

Die Fertigstellung:

## **Schritt10**

Den Schweinebauch prüfen, rosa halten. Heraus nehmen, den Bratenfond durch ein Küchensieb passieren, nachschmecken.

## **Schritt11**

Auf die benötigte Menge reduzieren lassen.

## **Schritt12**

Das Fleisch mit dem Lack einstreichen und unter den heißen Grillschlangen kross werden lassen. Dabei das Einstreichen öfter wiederholen, schön glacieren.

### **Schritt13**

Anrichtevorschlag:

### **Schritt14**

Dazu reiche ich blanchierte Broccoliröschen in Sesamöl und etwas Sesamsaat geschwenkt.

**Rezeptart:** Schweinefleisch **Tags:** fernöstlicher note, preiswert

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/lackierter-jungschweinebauch-im-gewuerzsud-mit-fernoestlicher-note/>