



## Brustspitz auf gerösteten Zwiebeln mit Bulgursalat

Ein währschaftes, dickes Stück Schweinsbrustspitz von gut 400g und dabei nur von einer Rippe geschnitten, ist mir beim Metzger gleich ins Auge gestochen. Ich musste es haben, aber nicht zum grillieren, sondern ich habs in der Pfanne angebraten und auf angerösteten Zwiebeln bei niedriger Temperatur (120°) im Ofen fertig gegart. Ein saftiges Stück für Leute, die deftigen Fettstreifen nicht aus dem Wege gehen. Mariniert hab ich das Stück nur wenig, der Duft der Röstzwiebeln sollte voll zur Geltung kommen.

Anrichten mit frisch schmeckendem Bulgursalat. Das setzt einen kulinarischem Kontrapunkt.

### Zutaten (2 Portionen)

400g Brustspitz  
1 Grosse (Gemüse-)Zwiebel, 350g  
Senf, Salz und Pfeffer zum marinieren  
Bratbutter

### Zubereitung

Brustspitz salzen und pfeffern. Mit Senf einreiben und ca. 2-3 Stunden ziehen lassen.

Zwiebel halbieren und in ca. 5mm breite Streifen schneiden.

Zwiebelstreifen in Bratbutter dünsten, bis sie glasig und knapp weich sind (ca. 20 Minuten). Gegen Schluss Temperatur erhöhen, damit sich die Zwiebeln bräunen und an einigen Stellen schwarze Ränder zeigen. Ein kräftiger Röstgeruch sollte aus der Pfanne steigen.

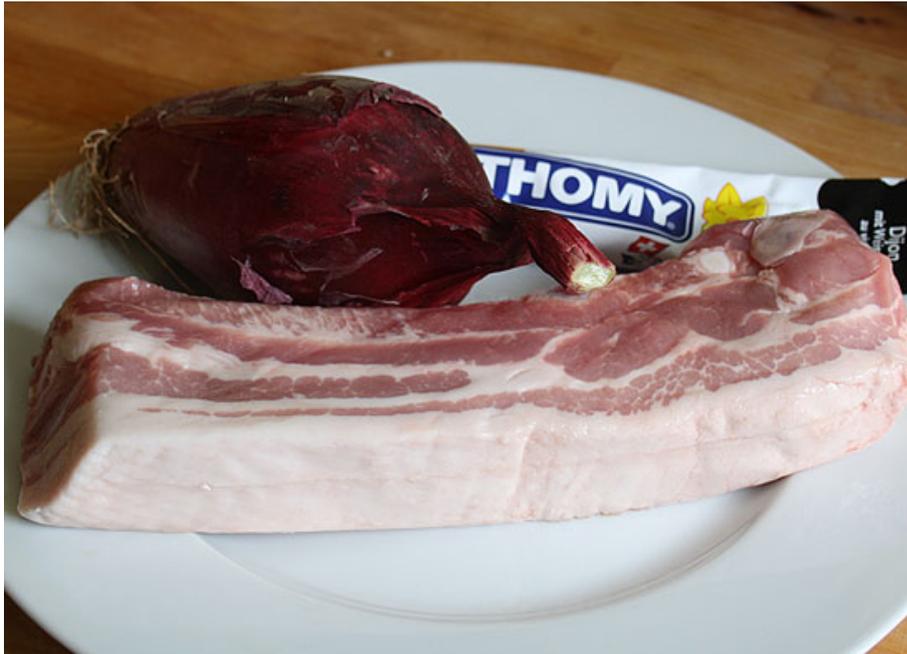
Zwiebeln in eine Gratinform geben und verteilen. Nochmals etwas Bratbutter in die Pfanne geben und den Brustspitz ringsum anbraten. Zuerst die Fettseite anbraten,

damit noch etwas Fett ausgelassen wird.

Die gebratene Brustspitze auf das Zwiebelbett legen und in den auf 120° vorgeheizten Ofen schieben. Garen bis zu einer Kerntemperatur von 83°. Das dauerte knapp 2 Stunden.

Nach Erreichen der Kerntemperatur, Ofen ausschalten, die Ofentüre einen Spalt weit öffnen (eine Holzkelle zwischen Tür und Rahmen stecken) und 15 Minuten ruhen lassen.

Brustspitz quer in ca. 1cm breite Stücke schneiden und den Zwiebelstreifen anrichten. Die Rippe lässt sich beim Aufschneiden gut abtrennen.





*Zwiebeln anrösten, einige dunkelbraune bis schwarze Stellen braucht es für ein gutes Röstaroma.*



*Ab in den Ofen...*

