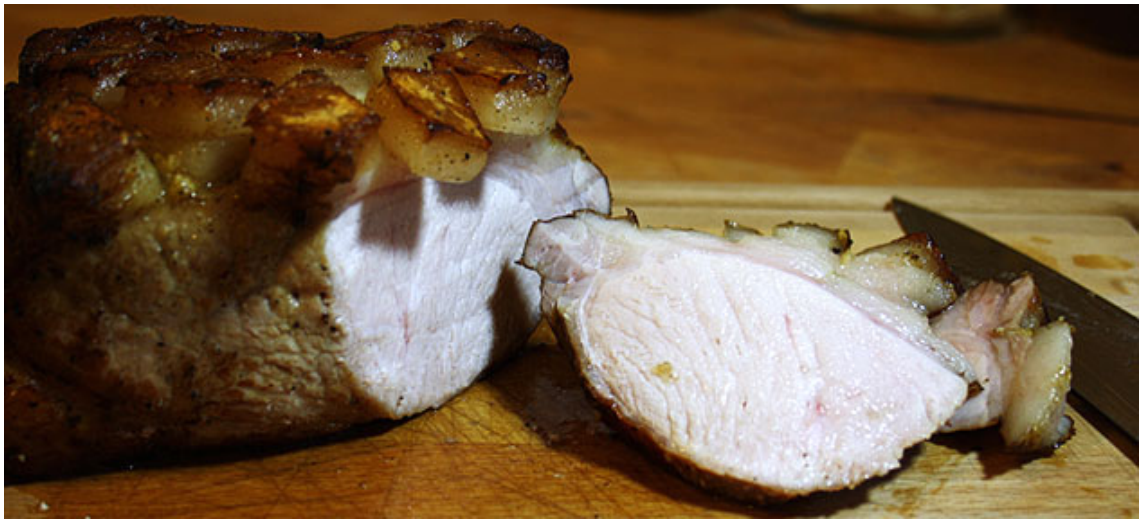

Schweinsbraten vom Nierstück mit Schwarte an Thymianjus

In der Auslage meines Metzgers (Weber, Wetzikon) blieb mein Auge am schönen Bratenstück mit der dicken Fettschicht inklusive Schwarte hängen. Selbst in Zeiten wo der Slogan "From noise to tail" über Insiderkreise hinaus Anklang findet, wird so ein Stück nur von wenigen begehrt, man nimmt Fett und Kalorien lieber in versteckter Form zu sich. Auch wenn man nicht alles Fett verspeist, es spendet dem mageren Bratenfleisch Saft und Geschmack.

Ich habe das Nierstück nur leicht und kurz mariniert, in der Pfanne kräftig angebraten und bei 80° im Ofen bis zu einer Kerntemperatur von 65° gegart. Nach knapp 2 Stunden war der Braten fertig und hat mich nicht entäuscht: Kräftig im Geschmack und saftig, das Fleisch nur ganz leicht faserig. Nächstes Mal werde ich ausprobieren wie der Braten bei 60° Kerntemperatur wird, vielleicht noch etwas perfekter...

Dazu hab ich einen leichten Jus aus Weisswein, Zwiebeln, wenig Bouillon und frischem Thymian zubereitet, den ich zum Schluss mit etwas Saba (eingedickter Traubenmost) abgeschmeckt habe.

Zutaten

```
500g   Schweinsbraten vom Nierstück mit Schwarte
       Bratbutter

Marinade:
1dl    Weisswein
1El    Dijon-Senf
1      Knoblauchzehe
       Salz und schwarzer Pfeffer

Thymianjus:
3dl    Weisswein
```

1	kleinere Zwiebel
8	Zweige frischer Thymian
2Tl	mildes Bouillon-Extrakt
10g	Butter
1El	Saba
	schwarzer Pfeffer

Zubereitung

Braten 1 Stunde vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen, den Fettdeckel kreuzweise einschneiden. Zutaten für die Marinade vermischen und den Braten üppig einstreichen, 1 Stunde ziehen lassen.

Braten ringsum in Bratbutter kräftig anbraten. Nach dem Anbraten nochmals mit Marinade bestreichen. Bratenthermometer einstecken und im auf 80° vorgeheizten Ofen bis zu einer Kerntemperatur von 65° (besser nur 60°?) garen, das dauerte knapp 2 Stunden. Sobald die Kerntemperatur erreicht ist, Ofen ausschalten und entlüften, dazu die Ofentür ca. 5 Minuten ganz öffnen, danach wieder schliessen und den Braten 15 Minuten nachziehen lassen.

Während der Braten im Ofen schmort den Thymianjus zubereiten:
Zwiebel fein hacken und in etwas Bratbutter leicht andünsten, ohne dass sie Farbe annimmt. Weisswein dazugiessen kurz aufkochen und ganz leise simmern lassen bis der Wein auf die Hälfte einreduziert ist. Das sollte etwa eine Stunde dauern.

Thymianjus absieben und wieder aufkochen. Kalte Butter stückchenweise hinzugeben und mit dem Schwingbesen gut einrühren. Jus mindestens 10 Minuten knapp unter dem Siedepunkt ziehen lassen. Zum Schluss mit Pfeffer und der Saba abschmecken.

Fendant
A.O.C. VALAIS
2015
Roche Vineuse
CAVE ST PIERRE
ABA
THOMY

0.5L