



## Gefüllter Schweinsbraten von der Huft mit Zwiebel-Senf-Sauce

Die Schweinshuft ist nur leicht von Fett durchzogen und wird bei schonender Zubereitung saftig und zart. Auch beim gefüllten Braten empfiehlt es sich, die Kerntemperatur zu messen, 63-65° sind optimal. Das recht kompakte Stück lässt sich gut einschneiden und befüllen. Das gibt auch Gelegenheit, den Braten auch im Inneren zu würzen. Spinat als Füllung ist da naheliegend, er wird mit Knoblauch, Zwiebel und Speck zubereitet und macht den Braten zu einem nicht alltäglichen Essvergnügen, zu dem auch die die sämige Zwiebel-Senfsauce beiträgt.

### Zutaten (3 Portionen)

600g Schweinshuft  
40g Kochspeck  
120g Blattspinat aufgetaut  
40g Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
2Tl Dijon-Senf  
Salz und Pfeffer  
Küchenschnur  
Bratbutter

### Sauce:

40g Zwiebel  
1dl Weisswein  
5cl Hühnerbouillon  
1 Zweig frischer Rosmarin  
2Tl Dijon-Senf  
50g Sauerrahm  
Salz und Pfeffer

## Zubereitung

Schweinshuft mindestens 1 Stunde vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen.

Für die Füllung Zwiebel und Knoblauch hacken. Den Speck klein würfeln. Zusammen in Bratbutter andünsten, bis Zwiebel und Speck leicht glasig sind. Spinat leicht ausdrücken, zugeben, mit Salz und wenig Pfeffer würzen und 20 Minuten mitdünsten. Auskühlen lassen.

Schweinshuft von der dickeren Seite her längs zur Faser einschneiden und aufklappen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit Senf einpinseln. Spinat daraufgeben, dabei auf allen Seiten ca. 2cm frei lassen. Schweinshuft zusammenklappen und mit Küchenschnur einbinden. Dazu bindet man sie zuerst mit je einer Umwindung mit 3cm Abstand von den Stirnseiten ein. Danach dazwischen 3-4 weitere Male einbinden. Eine längere Schnur längs zum Braten in die Windungen einfädeln und über die Enden des Bratens ziehen, damit auch diese einigermaßen verschlossen sind.

Ofen auf 120° vorheizen.

Braten auf der Aussenseite salzen, pfeffern und mit wenig Senf einpinseln. Bratbutter bis zum Rauchpunkt erhitzen und den Braten ringsum anbraten.

Bratenthermometer als der dicksten Stelle einstecken, in den Ofen schieben und bis zu einer Kerntemperatur von 62° garen. Ofen ausschalten, die Ofentüre einen Spalt weit öffnen und den Braten ca. 10 Minuten nachziehen lassen. Die Kerntemperatur steigt dabei um 2-3°.

Sauce:

Zwiebel eher grob hacken. In Bratbutter glasig dünsten, Weisswein und Bouillon zugiessen und aufkochen. Senf zugeben und mit dem Schwingbesen verrühren. Rosmarinweig zugeben und die Sauce langsam auf etwa die Hälfte einkochen lassen (ca. 20 Minuten). Stengel des Rosmarinweiges herausfischen. Sauerrahm untermischen und die Sauce weitere 20 Minuten leicht köcheln lassen. Zum Schluss mit Pfeffer und ev. Salz abschmecken.













