



Saftplätzli vom Schweinshals

Saftplätzli werden meist mit Rindfleisch in einer kräftigen, dunklen Sauce geschmort. Sie schmecken auch gut mit Schweinefleisch, am besten aber mit einer hellen, nicht zu üppigen Sauce mit Zwiebeln, Rüeblen und viel frischen Kräutern. Man kann dazu Fleisch von der Schulter, vom Stotzen oder der Huft verwenden. Der gut durchgezogene Schweinshals ist besonders gut geeignet, er ist geschmackvoll und wird bestimmt schön zart.

Saftplätzli, das ist ein einfaches und gelingsicheres Rezept, bei dem einzig etwas Rüstarbeit nötig ist. Es lässt sich auch sehr gut vorbereiten und wieder aufwärmen. Manche schwören sogar darauf, dass sie Saftplätzli erst aufgewärmt so richtig gut schmecken.

Zutaten (2 Portionen)

4-5	Schnitzel vom Schweinshals, ca. 350g (dünn geschnitten)
60g	Kochspeck
100g	Zwiebel
60g	Rüeblen
4-5	Knoblauchzehen
1-2	Zweige frischer Rosmarin
5-6	Blätter frischer Salbei
2Tl	Dijon-Senf
1/2Tl	Pfeffer, frisch gemahlen
1El	Passata di Pomodoro
1,5dl	kräftige Hühnerbouillon
1dl	Weisswein
1El	Sonnenblumenöl

Zubereitung

Speck, Zwiebel und Rüeblen zu kleinen Würfelchen schneiden. Nadeln vom Rosmarinweig abzupfen und fein hacken. Salbei und Knoblauch fein hacken. Alles in eine Schüssel geben, mit Pfeffer würzen und den Senf dazugeben.

Hühnerbouillon, Weisswein und Passata kurz aufkochen. Die Hälfte des Sudes zum Zwiebel-Rüebligemisch geben und vermischen, damit sich der Senf auflöst.

Plätzli flachklopfen, das geht gut mit einem Pfannenboden.

Wenig Sonnenblumenöl in eine Pfanne geben. Gemüse und Plätzli lagenweise in die Pfanne einschichten, mit Gemüse beginnen und auch abschliessen. Mit Sud übergiessen bis alles gut mit Flüssigkeit bedeckt ist. Saftplätzli aufkochen und zugedeckt 30 Minuten leicht köcheln lassen. Deckel abnehmen und weitere 30 Minuten köcheln lassen.

Plätzli mit viel Saft und Gemüse anrichten.





Plätzli flachklopfen





Zuerst ein Lage Gemüse in die eingölte Pfanne schichten





