



## Schweinsragout an Kräuter-Knoblauch-Jus

Ein Schweinsragout lässt sich auch die Schnelle zubereiten und schmeckt, gut gewürzt, bestimmt sehr gut. Wird das Ragout nicht nur gewürzt, sondern vorher in einer Marinade viel Kräutern und Knoblauch 1 bis 2 Tage eingelegt, bekommt es noch mehr Pfiff. Geschmort wird es in einem Sud aus Bouillon, Nolly Prat, Zwiebel, Lorbeer und Petersilie. Mit Fleisch vom gut durchzogenen Schweinshals wird es auch schön saftig. Das Ragout wird mit reichlich Sud offen geschmort, der dabei einkocht und durch die mitgekochten Zwiebelstreifen schön sämig wird, ohne dass es zusätzlich gebunden werden muss.

### Zutaten (3 Portionen)

1El        Essig  
2         Zweige frischer Rosmarin  
6-7       frische Salbeiblätter  
3-4       Zweige frischer Thymian  
7-8       kleinere Knoblauchzehen  
3El       Olivenöl

### Schmoren:

1dl        Noilly Prat  
2dl        Hühner- oder Gemüsebouillon  
2         Lorbeerblätter  
50g       Zwiebel  
           Salz und Pfeffer

### Zubereitung

Schweinshals zu 2-3cm grossen Würfeln schneiden oder vom Metzger schneiden lassen. Mit dem Essig vermischen.

Nadeln vom Rosmarinzweig abzupfen, Blättchen von den Thymianzweigen abfieseln, zusammen mit den Salbeiblättern fein hacken (mit einem Wiegenschaber gehts am besten). Knoblauch klein hacken. Alles mit Olivenöl vermischen, zu den Fleischwürfeln geben und gut vermischen. Mit Haushaltfolie möglichst dicht abdecken und im Kühlschrank mindestens 24 Stunden ziehen lassen.

Fleischwürfel salzen und pfeffern. Zwiebel längs zur Schale halbieren und zu schmalen Streifen schneiden.

Wenig Olivenöl in einer Bratpfanne mässig erhitzen. Fleischwürfel portionenweise nur leicht anbraten, damit die Kräuter und der Knoblauch der Marinade nicht verbrennen. Zum Schluss die Zwiebelstreifen ca. 2 Minuten andünsten, mit Noilly Prat ablöschen, kurz aufkochen und zum Fleisch geben. Bouillon dazugiessen, das Fleisch sollte gut mit Flüssigkeit bedeckt sein. Lorbeerblätter zugeben und 1 Stunde köcheln lassen. Ev. obenaufschwimmendes Fett mit einem Löffel abschöpfen. Zum Schluss mit Pfeffer abschmecken.









