



Schweinshalsbraten mit gedörrten Pflaumen

Der schön mit Fett durchzogene Schweinshals ist ein dankbares Bratenstück. Wird er im Ofen nach der Niedergarmethode zubereitet, wird er ganz schön saftig und zart. Ich habe den Schweinshals nur mit Salz und Pfeffer gewürzt, in Bratbutter angebraten und dann in den lediglich 80° heißen Ofen geschoben. Es dauerte gut 4 1/2 Stunden, bis der Braten die optimale Kerntemperatur von 68° erreicht hatte.

Zu Schweinefleisch passt eine süßliche Gewürznote, darum hab ich den Braten während dem Schmoren ein paar mal mit Honigwasser eingepinselt und dazu eine Sauce mit gedörrten Pflaumen und einem guten Schuss weißem Portwein zubereitet.

Zutaten (2-3 Portionen)

600g	Schweinshals
1Tl	Honig
50g	gedörrte Pflaumen
1	kleine Zwiebel
2	Lorbeerblätter
2dl	Hühnerbouillon
2El	weißer Portwein
	Salz und Pfeffer
	Bratbutter

Zubereitung

Schweinshals 1 Stunde vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen.

Ofen auf 80° vorheizen.

Schweinshals mit Salz und Pfeffer würzen. In Bratbutter allseitig anbraten.

Pflaumen in grobe Stücke schneiden, Zwiebel hacken.

Braten aus der Pfanne nehmen und Zwiebel kurz anrösten, mit der Bouillon ablöschen und den Bratensatz auflösen. Pflaumen und Lorbeerblätter zugeben und ca. 1 Stunde leicht köcheln lassen. Eventuell etwas Wasser zugeben, damit die Sauce nicht zu stark einkocht. Sauce beiseite stellen bis der Schweinshals gar ist.

Sobald die Sauce köchelt:

Honig mit 1El heissem Wasser vermischen und den Schweinshals damit einpinseln.

Bratenthermometer einstecken und den Braten in den Ofen schieben. Alle 3/4 Stunden erneut mit Honigwasser einpinseln. Garen bis die Kerntemperatur 68° erreicht hat (ca. 4 1/2 Stunden). Ofen ausschalten, kurz entlüften und den Braten 15 Minuten nachziehen lassen.

Sauce nochmals aufkochen, Portwein zugeben, mit Pfeffer und eventuell Salz abschmecken, vor dem Anrichten nochmals ca. 10 Minuten köcheln lassen.





