

TOSKANISCHER SCHWEINSHALSBRATEN

Zutaten

- 8 EL [Rosmarin](#), geschnitten
- 3 EL [Salbei](#), geschnitten
- 8 EL [Oregano](#), geschnitten
- 2 TL [Fenchelsamen](#)
- 1 unbehandelte Zitrone
- [Salz](#), schwarzer [Pfeffer](#) aus der Mühle
- 1 Prise gemahlene [Gewürznelken](#)
- 1 Prise frisch geriebene [Muskatnuss](#)
- 2 EL Olivenöl
- ca. 1 Kg Schweinehals
- 4-8 Knoblauchzehen
- 3 dl trockener Weisswein
- 2 [Lorbeerblätter](#)

Zubereitung

Die Fenchelsamen im Mörser so gut wie möglich zerdrücken. Die gelbe Schale der Zitrone fein abreiben. In einer Schüssel Kräuter, Fenchelsamen, Zitronenschale, Salz, Pfeffer, Nelkenpulver, Muskat und Öl verrühren. Den Schweinehals rundherum damit einstreichen und zugedeckt bei Zimmertemperatur 1-2 Stunden ziehen lassen. Den Backofen auf 220 Grad vorheizen. Den Schweinehals in einen ofen-festen Bräter legen und im 220 Grad heissen Ofen etwa 20 Minuten leicht Farbe annehmen lassen. Inzwischen die Knoblauchzehen schälen. Den Braten aus dem Ofen nehmen und die Hitze auf 140 Grad reduzieren. Den Wein angiesen und Knoblauch, beiseitegelegte grob geschnittene Kräuter sowie die Lorbeerblätter neben den Braten in den Wein geben. Den Schweinsbraten weiterhin ungedeckt bei 140 Grad weitere 1,5 - 2 Stunden garen, bis er weich ist, dabei häufig mit dem Wein aus dem Bräter begiessen. Am Ende der Garzeit den Braten aus dem Bräter nehmen und zugedeckt etwa 10 Minuten ruhen lassen. Den Knoblauch aus der Sauce fischen und in eine kleine Schüssel geben. Die Sauce durch ein Sieb in eine Pfanne giessen, aufkochen und mit Salz sowie Pfeffer abschmecken. Den Braten in dünne Scheiben schneiden und mit der Sauce anrichten. Den Knoblauch separat dazu servieren.

LaCucina
TEE & GEWÜRZE
BERN UND ZÜRICH | lacucina.ch

