

Mit Bärlauchspinat gefüllter Braten

Zutaten

Für 8 Personen

- 1 EL Senf
- 1 EL Aceto balsamico bianco
- 1 EL Sherry
- 2 EL Erdnussöl
- wenig Pfeffer
- 2 kg Schweinsbraten vom Hals
- 3 EL Bärlauchpesto
- 100 g Rohschinken in Tranchen
- 100 g Spinat
- 1 ½ TL Salz
- 1 EL Erdnussöl

Zubereitung

1. Senf bis und mit Pfeffer verrühren, Braten damit bestreichen, zugedeckt im Kühlschrank ca. 12 Std. marinieren, ca. 1 Std. vor dem Braten herausnehmen.

2. Marinade etwas abstreifen. Braten im oberen und unteren Drittel über die ganze Länge ein- aber nicht durchschneiden. Braten aufklappen, Einschnitte mit Pesto bestreichen, mit Rohschinken und Spinat füllen, Braten zuklappen, binden.

3. Weites Bratgeschirr im vorgeheizten Ofen bei 220 Grad erhitzen. Braten salzen, Öl und Braten ins Bratgeschirr geben.

4. Braten im Ofen: Fleisch ca. 15 Min. anbraten, wenden. Temperatur auf 180 Grad reduzieren, ca. 1 ¼ Std. fertigbraten (Kerntemperatur: ca. 70 Grad), dabei hin und wieder mit der entstandenen Bratflüssigkeit übergießen. Fleisch vor dem Tranchieren ca. 10 Min. ruhen lassen.

Dazu passen: Spinat und Tagliatelle Tricolore, Schupfnudeln oder Gnocchi.

Alternativ-Tipp: Statt Schweinshals Kalbsnierstück verwenden. Kerntemperatur ca. 65 Grad, Bratzeit ca. 45 Min.



Zeitangaben

Vor- und zubereiten: ca. 30 Min.

Marinieren: ca. 12 Std.

Braten im Ofen: ca. 1 ½ Std.

Energiewert/Person

ca. 2085 kJ/499 kcal

Mein Einkauf

- ☐ 1 EL Aceto balsamico bianco
- ☐ 1 EL Sherry
- ☐ 2 kg Schweinsbraten vom Hals
- ☐ 3 EL Bärlauchpesto
- ☐ 100 g Rohschinken in Tranchen
- ☐ 100 g Spinat

Im Vorrat

- ☐ Senf
- ☐ Erdnussöl
- ☐ Pfeffer
- ☐ Salz

Weitere gluschtige
Rezepte unter

www.coop.ch/rezepte

Coop-Magazin Nr. 1/27.03.2012