

# Schweinebauch auf Polenta mit Austernpilzen & Gemüse

Krosser Schweinebauch mit perfekter Kruste auf cremiger Polenta mit Austernpilzen und einem Mix aus gegrillter Karotte und Pastinake.



5 von 2 Bewertungen



PORTIONEN

4 Personen

## KOCHUTENSILIEN

- Grill

## ZUTATEN

- 1 kg Schweinebauch
- 50 g Butter
- 1 Zitrone
- 2 Stk Karotten
- 2 Stk Pastinaken
- Zweig Rosmarin
- Salz, Pfeffer
- 250 ml Sahne
- 250 g Polenta
- 500 ml Gemüsebrühe
- 250 ml Barbecuesoße

## ANLEITUNGEN

### Grill vorbereiten

1. Wir grillen den Schweinebauch im Keramikgrill über **MARABU Holzkohle**. Die Temperatur sollte auf 160 Grad eingeregelt werden.

## Vorbereitung Schweinebauch

1. Zuerst wird der Schweinebauch mit einem Messer rautenförmig eingeritzt und dann von beiden Seiten mit Salz & Pfeffer eingerieben.

## Grillen

1. Den Schweinebauch mit der Fleischseite zuerst auf den Rost legen und ca. 40-50 min bei offenem Deckel braten lassen.

Nun den Schweinebauch für 10–20 Minuten auf die Schwarte legen. Dabei auf die Temperatur achten damit die Schwarte nicht anbrennt.

Sobald die Schwarte aufploppt ist der Schweinebauch fertig.

## Beilagen

1. Für die Polenta Butter in einen Topf geben und erwärmen. Die Polenta unter Rühren einrieseln lassen, mit der Gemüsebrühe aufgießen, den Rosmarin dazugeben und langsam zur gewünschten Konsistenz kochen.

Für die Cremige Konsistenz Sahne hinzu geben und mit Salz und Pfeffer würzen. (*Tipp: gerne kann auch etwas Parmesan drunter gezogen werden*) Nach belieben mit frisch gehackter Petersilie bestreuen.

2. Nun die Karotten und Pastinaken schälen und einmal in der Mitte oder je nach Größe vierteln.

Diese auch auf dem Grill grillen und mit Salz würzen und mit Zitrone beträufeln.

Die Austernpilze in einer Pfanne mit etwas Olivenöl braten.

3. Die Polenta auf den Teller streichen, den Schweinebauch darauf legen und die Karotten und Pastinaken dazu geben. Die Barbecue soße kann kalt oder warm dazu gegessen werden.