

Unser
Genusstipp
für Sie*

Fleischig

Verantwortungsvoll genießen.



Heubraten // Für 4 bis 6 Portionen

2,5 – 3 kg, Schweineschulter, Meersalz, frisch gemörster Pfeffer (Telli-cherry und 2 Stück Langerpfeffer), 6 Zehen Knoblauch, 2 Rosmarin-zweige, 4 Hände voll Bio-Almheu (gibt's in der Zoohandlung)

Kamen

Oststraße 17
59174 Kamen
02307 102 85

Bergkamen

Schulstraße 48
59192 Bergkamen
02307 60613

* Rezept exklusiv
von Meas Cucina,
Schwerte

Den Braten mit gemörsten Pfeffer und Salzkristallen einreiben und in der Pfanne in etwas Öl rundherum kräftig anbraten. In eine Reine geben und mit dem Heu umlegen, Rosmarin und angedrückte Knoblauchzehen dazu geben. Mit 2 Gläsern Weißwein und 2 Gläsern Wasser angießen.

Der Braten sollte ca. $\frac{1}{3}$ im Saft stehen. Mit einem Deckel oder Folie verschließen und im Backofen 2 Stunden bei 180 °C garen lassen. Den Braten herausheben und bei 200 °C auf dem Rost noch eine weitere Stunde braten. Fürs Ofengemüse Kartoffeln, Zwiebeln und Möhren vorbereiten und auf einem Backblech unter dem Braten gleichzeitig die letzte Stunde garen. Öfter mit Weißwein (den Braten) übergießen. Durch den heraustropfenden Bratensaft wird das Gemüse sehr aromatisch.

Vor dem Aufschneiden den Braten etwas ruhen lassen und dann mit Ofengemüse, Krautsalat und mit geriebenem Meerrettich servieren.

UNSER ANSPRUCH FÜR IHREN GENUSS

Beste Beratung für Ihren Genuss.



Wir wissen, worüber wir reden, denn wir beschäftigen ausschließlich gelernte Fachkräfte. Unser Verkaufsteam hat ein offenes Ohr für Ihre Wünsche und kennt die richtigen Tipps, damit Ihr Braten garantiert gelingt. Sprechen Sie uns einfach an.