

Schweinebauch mit Bohnen & Fondant-Kartoffeln

Gesamtzeit **270 Min.** **60 Min.** Vorbereitungszeit **210 Min.** Kochzeit **720 Min.** Wartezeit

ZUTATEN

10 Portion(en)

Für den Schweinsbraten:

2 kg	Schweinebauch
50 g	Salz
1 l	Geflügelfond
100 ml	<u>Kikkoman natürlich</u> <u>gebraute Tamari</u> <u>glutenfreie Sojasauce</u> <u>ohne Weizenzusatz</u>
500 g	Schalotten, in feinen Streifen
20 g	Knoblauch, geschält
15 g	Speisestärke
100 ml	Milch, 3,5 % Fett

Für den Salat:

300 g	Bohnen, grün, geputzt
300 g	Bohnen, gelb, geputzt
300 g	dicke Bohnen, aus der Dose (Abtropfgewicht)
100 g	Zwiebeln, rot, in dünnen Scheiben
300 g	Birnen, in feinen Streifen
120 ml	Olivenöl
80 ml	Balsamico-Essig, weiss
60 g	Senf, grob
60 g	Honig
	Salz
	Pfeffer
5 g	Bohnenkraut, gewaschen, gezupft

Für die Kartoffeln:

800 g	Drillinge, halbiert
100 g	Butter, weich
500 ml	Gemüsebouillon
20 g	Knoblauch, geschält
20 g	Thymian

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Die Haut des Schweinebauchs im Abstand von ca. 5 mm kreuzförmig einritzen. Die Haut mit Salz einreiben und Fleisch über Nacht kalt stellen. Am folgenden Tag das Salz unter fliessendem Wasser abspülen.

Schritt 2

Backofen auf ca. 120 °C Umluft vorheizen. Geflügelfond, Kikkoman glutenfreie Sojasauce, Schalotten und Knoblauch in einen Bräter geben. Den Schweinebauch mit der Hautseite nach oben in den Bräter legen, er sollte bis zur Hälfte mit Flüssigkeit bedeckt sein. Ca. 3 Stunden im Ofen garen.

Schritt 3

In der Zwischenzeit grüne und gelbe Bohnen in reichlich gesalzenem Wasser 4–5 Minuten kochen. Die Bohnen mit sehr kaltem Wasser abschrecken und mit den dicken Bohnen vermischen. Zwiebeln und Birnen dazugeben und kurz beiseitestellen.

Schritt 4

Aus Olivenöl, Balsamico, Senf und Honig eine Vinaigrette anrühren und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Über den Bohnensalat geben und gut vermischen. Kurz vor dem Servieren Bohnenkraut dazugeben.

Schritt 5

Für die Fondant-Kartoffeln eine grosse Pfanne mit

Salz, grob

Butter ausstreichen und Drillinge mit der Schnittfläche nach unten hineinlegen. Mit Gemüsebouillon auffüllen und Kräuter sowie Knoblauch dazugeben. Auf dem Herd bei niedriger Temperatur ca. 25 Minuten leise kochen lassen, sodass die Bouillon verdunstet und die Kartoffeln langsam goldbraun rösten. Mit Salz würzen.

Schritt 6

Den Schweinebauch aus dem Fond nehmen und kalt stellen. Den Fond pürieren und durch ein feines Sieb streichen. Speisestärke in etwas Wasser auflösen und den Fond leicht binden. Milch hineingeben und mit einem Stabmixer schaumig aufmixen. Das Fleisch portionieren und in einer Pfanne mit etwas Sauce unter einem Salamandergrill knusprig rösten.

Schritt 7

Den krossen Schweinebauch mit Sauce, Bohnensalat und Kartoffeln anrichten und mit frischen Kräutern garniert servieren.