

Krustenbraten mediterran

mit Beilage * alles zusammen im Backofen

Zutaten für 4 Personen:

- 1,5 kg Schweinebraten (Schulter) ohne Knochen mit Schwarte
- 5 Zwiebeln, in Spalten
- 12 Kartoffeln, in Spalten
- 2 Knoblauchzehen
- 6 aromatische Tomaten, geviertelt
- 1 gr. Dose grüne Bohnen
- Salz, Pfeffer, Oregano



Zubereitung:

- Fleisch gut mit einem Küchentuch abtupfen.
- Damit die Schwarte hinterher schön kross wird: Bereiten Sie ein Salzwasserbad mit einer großzügigen Menge Salz in einer geeigneten Schale bzw. Auflaufform vor. Heizen Sie das Wasserbad bei ca. 180 °C im Backofen/Grill vor. Sobald das Wasser leicht köchelt, legen Sie den Krustenbraten mit der Schwarte nach unten (so dass die Fleischseite nicht im Wasser liegt) für ca. eine Stunde im Ofen in das Salzwasserbad.
- Währenddessen das Gemüse vorbereiten.
- Nach dieser Stunde, regeln Sie den Grill auf 220 °C hoch. Wenn der Backofen die richtige Temperatur erreicht hat, geben die Kartoffelspalten mit in die Form und legen Sie den Braten mit der Schwarte nach oben unter den Grill.
- Nach weiteren 15 Minuten geben Sie die zerdrückten Knoblauchzehen, die Tomaten und die abgetropften Bohnen ebenfalls hinzu, würzen mit Salz, Pfeffer und Oregano und warten so lange bis das Gemüse gar ist und die Kruste vom Schweinebraten richtig aufplopt. Das können Sie nicht überhören!