

Schweinebraten

(Schweiners)

Zutaten: 1 kg Schweinehals (saftig) Schlegel oder Schulter, Kümmel, Salz, 1 große Zwiebel und 1 Zehe Knoblauch.

Schweinefleisch salzen und rundherum mit Kümmel einreiben. In die Pfanne ½ Tasse heißes Wasser geben, Fleisch hineinlegen und klein geschnittene Zwiebel dazu geben. Bei ca. 200 Grad bei Ober- und Unterhitze 1 ½ bis 2 Stunden bei Öfteren Wenden braten.

Wenn das Wasser fast eingebraten ist, heißes Wasser über den Braten gießen, immer wieder zugießen, bis das Fleisch weich und eine braune Soße entstanden ist. Soße abseihen und mit Salz abschmecken. Nach Geschmack kann man eine zerdrückte Knoblauchzehe dazu geben.

Hat das Fleisch eine Schwarte, zuerst mit der Schwarte nach unten braten, wenden, Schwarte einschneiden, mit kaltem Wasser übergießen und knusprig braten. Als Beilage rohe Kartoffelknödel oder Mehlknödel und Sauerkraut oder Weißkraut.