



Dithmarscher Mehlbeutel mit geräuchertem Schweinebauch

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 60m
- **Zubereitungszeit:** 1:10 h
- **Fertig in** 2:10 h

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '130', 'cook_time' : '1:10 h', 'prep_time' : '60m', 'servings' : '4', 'yield' : " } });
```

Die norddeutsche Version des Mehlbeutels, der auch in anderen Regionen kein Unbekannter ist

Zutaten

- Für den Mehlbeutel
- 5 Eier
- 500 g Mehl
- ½ l Milch
- 100 g Butter
- 1 El Abrieb einer unbehandelten Zitrone
- 1 Prise Salz
- Für den Schweinebauch:
- 400-500 g geräuchertem Schweinebauch, Schweinebacke oder auch Kochwurst
- 1 Bund Suppengrün
- Gewürze

Zubereitungsart

Schritt1

Der Mehlbeutel:

Schritt2

Die Milch, Salz, die Eigelbe, Mehl, 1 EL Zitronenschale, Salz und 100g ter zu einem glatten Teig verarbeiten.

Schritt3

Das Eiweiß steif schlagen und unter den Teig heben, anschließend ein ½ Stunde ruhen lassen.

Schritt4

Ein großes Küchentuch anfeuchten und mit etwas Mehl ausstäuben. Den Teig hinein geben, zusammen schlagen und gut zu binden.

Schritt5

Einen ausreichend großen Topf kochendes Salzwasser (soviel, dass der Mehlbeutel schwimmen kann) mit dem Suppengrün ausgarnieren und den Schweinebauch hinein geben.

Schritt6

Mit 1-2 Lorbeerblättern, 6-8 Pfefferkörner würzen.

Schritt7

Nunmehr den Mehlbeutel dazu geben und ca. 1,5-2 Stunden leise köcheln lassen, ev. zwischendurch etwas Wasser nachgießen,

Schritt8

Der Mehlbeutel soll den Rauchgeschmack gut aufnehmen.

Schritt9

(Das Fleisch ist natürlich vorher fertig)

Schritt10

Den Mehlbeutel heraus nehmen, aus dem Tuch schlagen, etwas „ausdampfen“ lassen und in rustikalen Scheiben geschnitten mit dem Fleisch anrichten.

Schritt11

Anrichtevorschlag:

Schritt12

Oftmals bestreut man das Fleisch mit etwas Zucker und gibt noch zerlassene Butter darüber.

Schritt13

Dazu reicht man in Schleswig Holstein eine Fruchtsoße wie: Zitronen, Kirsch- Erdbeer- Stachelbeersoße, aber auch Dörrobst

Rezeptart: Schleswig-Holsteinisch **Tags:** althergebracht, neu überdacht, nichts für kalorienzähler, regional

Nährwertangabe

Informationen pro Portion:

- Energie (kcal)1127
- Fett (g)62
- KH (g)99
- Eiweiss (g)42
- Ballast (g)8

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/dithmarscher-mehlbeutel-mit-geraeuchertem-schweinebauch/>