

# Westfälischer Schweinerücken im Kräuter - Pumpernickel Mantel

- **Portionen:** 4-5
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 20m
- **Fertig in** 35m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '35', 'cook_time' : '20m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4-5', 'yield' : " } });
```

Rustkal mit Kartoffeln und Gemüse aus dem Rohr

## Zutaten

- Für den Schweinerücken:
- 850 - 900 g schierer Schweinerücken / Lummerstück
- 150 g Knochenschinken
- 2 EL fein gehackte Kräuter aus:
- Frischem Majoran, Thymian, krauser Petersilien, Schnittlauch, Zitronenmelisse, Rosmarin
- ½ Zitronenschale, fein gewürfelt
- 1 - 2 geriebene Knoblauchzehen, fein geschnitten, mit Salz gerieben
- 2 - 3 fein gewürfelte Schalotten
- 1 gehäufte EL Senf
- 80 g frisch geriebenes Toastbrot
- 60 g geriebener Pumpernickel
- 1 Eigelb für die Bindung
- Etwas Öl
- Ca. 30 - 40 g Butter
- Salz, Pfeffer
- Für das Gemüse:
- 2 Bund junger Frühlingslauch
- 2 Stück frische Möhren in Würfeln oder Stiften
- 2 Stück Kohlrabi in Würfeln oder Stiften
- 600 g Kartoffeln in Würfeln oder Stiften

## Zubereitungsart

### Schritt1

Der Kräutermantel:

## **Schritt2**

Die Schalotten mit dem Knoblauch in Butter glasig anschwitzen, salzen und pfeffern und das geriebene, gemischte Brot dazu geben.

## **Schritt3**

2 - 3 min. zusammen schwitzen lassen, erst dann die vorbereiteten Kräuter hinzufügen. Zur besseren Bindung ein Eigelb unterrühren, alles etwas abkühlen lassen.

## **Schritt4**

Das Fleisch:

## **Schritt5**

Den Schweinerücken von allen Seiten gut mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen und in Öl anbraten, Farbe nehmen lassen, heraus nehmen.

## **Schritt6**

Zunächst die vorbereiteten Kartoffeln und Möhren in den Bräter geben, salzen und pfeffern.

## **Schritt7**

Das Fleisch darüber legen und für ca. 25 min. in den auf 140 ° C vorgeheizten Backofen schieben.

## **Schritt8**

In der Zwischenzeit, den Frühlingslauch putzen und auf gleiche Länge schneiden, mit dem Kohlrabi zum Gemüse geben.

## **Schritt9**

Das Finale:

## **Schritt10**

Den Schweinerücken heraus nehmen und erst einmal mit etwas Senf einpinseln. Den Schinken darüber belegen und den Kräutermantel darüber verteilen.

## **Schritt11**

Für weitere 10 - 15 min. bei 160 ° C in den Ofen schieben.

## **Schritt12**

Prüfen, anschneiden; der Rücken sollte zart rosa gehalten bleiben.

## **Schritt13**

Anrichtevorschlag:

## **Schritt14**

Die, wunderbar im eigenen Bratensaft gegarten Kartoffeln und das Gemüse rustikal mit zünftigen Tranchen des Schweinerückens anrichten.

## **Schritt15**

Dazu trinkt man in Westfalen ein einheimisches Bier und einen kalten Wacholder oder einen klaren Korn.

**Rezeptart:** Westfälische Rezepte **Tags:** regional

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/westfaelischer-schweineruecken-im-kraeuter-pumpernickel-mantel/>