

# Porchetta - italienischer Schweinebraten

## Für 6 Portionen:

2 kg Schweinebauch ohne Knochen	4 TL Fenchelsamen	1 TL Pfefferkörner, schwarze
8 Knoblauchzehen	10 Schalotten	7 Rosmarinzweige
5 Thymianzweige	1 Fenchelknollen	10 EL Olivenöl
250 ml Weißwein	2 TL Salz	

## Am Vortag:

Die Fenchelsamen mit Pfeffer und Salz grob zermörsern. Gut die Hälfte des Thymians und Rosmarins grob zerhacken. 5 Knoblauchzehen in dünne Scheiben schneiden.

Den Schweinebauch ausbreiten und mit der Fenchel-Pfeffer-Salz-Mischung gleichmäßig bestreuen. Danach die Kräuter und den geschnittenen Knoblauch darauf verteilen. Jetzt das Fleisch aufrollen, binden, in Alu-Folie einpacken und im Kühlschrank ziehen lassen.

Anstelle des Schweinebauches eignet sich auch eine Spanferkel-Rolle. **Am Essen-Tag:**

Den Ofen auf 160 °C Umluft vorheizen.

Für den Fond die Schalotten schälen und vierteln, den Fenchel säubern, in größere Spalten schneiden und die restlichen 3 Knoblauchzehen grob zerdrücken.

Das Olivenöl in einem gusseisernen Bräter auf dem Herd erhitzen und den Braten rundherum anbraten. Herausnehmen und dann Fenchel, Schalotten und Knoblauch anbraten. Mit Weißwein ablöschen.

Den Braten wieder in den Bräter geben und im Backofen gut 1,5 Stunden schmoren. Dabei gelegentlich den Braten mit dem Sud übergießen.

Dazu Weißbrot servieren. Man bedenke, dass der Braten würzig ist; er schmeckt auch kalt aufgeschnitten.

Steffen Stein am 06. März 2023