

# Iberico-Nacken, Rote-Bete-Carpaccio, Orangen-Möhren

## Für 6 Personen

### Iberico-Jus:

2 kg Iberico-Knochen	2 Zwiebeln	2 Karotten
$\frac{1}{2}$ Sellerieknolle	2 EL Tomatenmark	500 ml Rotwein
2,5-3 l Schweinefond	3 Zwg. Thymian	2 Lorbeerblätter
5-6 Pfefferkörner	Salz	Öl

### Presa (Iberico-Nacken):

6 x 200 g Nackenstücke	Flockensalz	2-3 EL neutrales Öl
50 g Butter	100 ml Sherry	

### Orangen-Möhren:

700 g Möhren	400 ml Orangenlimo	200 ml Wasser
30 g Butter	Salz	Orangenzesten

### Kartoffelstampf:

1,5 kg Kartoffeln	250 ml Milch, warm	80-100 g Butter
Salz, Muskatnuss		

### Rote-Bete-Carpaccio:

4 vorgeg. Rote Bete (600-700 g)	3 EL Olivenöl	2 EL Apelessig
1 TL Honig	Salz, Pfeffer	40 g gehackte Walnusskerne

### Iberico-Jus:

Knochen in einem Bräter mit etwas Öl im Ofen bei 200°C kräftig anrösten, bis sie gut gebräunt sind.

Zwiebeln, Karotten und Sellerie grob würfeln, in einem Topf oder im Bräter mit anrösten. Tomatenmark zugeben, kurz mitrösten, bis es leicht karamellisiert. Mit Rotwein ablöschen, einreduzieren lassen, dann mit Wasser/Brühe aufgießen, bis Knochen gut bedeckt sind. Kräuter und Pfefferkörner zugeben. Im Ofen bei 90-95°C ohne Deckel 2-4 Std. leise simmern lassen, bis die Flüssigkeit deutlich reduziert ist. Dann die Jus durch ein feines Sieb passieren, entfetten und auf dem Herd auf gewünschte Intensität einkochen. Abschließend mit Salz abschmecken. Nach Wunsch mit einem Stück kalter Butter montieren.

### Presa (Iberico-Nacken):

Die Presa (Nackenstücke) salzen und vakuumieren. Bei 54°C für 3-6 Std. sous-vide garen. Vor dem Servieren das Fleisch aus dem Beutel nehmen und gut trocken tupfen. Auf dem Grill oder in einer sehr heißen Pfanne mit Öl scharf anbraten. Zum Schluss Butter zugeben. Mit Sherry/Brandy ablöschen und flambieren. Kurz ruhen lassen auf dem Schneidbrett. Dann in Tranchen schneiden und mit etwas Jus nappieren (überziehen).

### Orangen-Möhren:

Möhren schälen, längs halbieren oder in Stifte schneiden. Wasser in einem Topf aufkochen, Möhren zugeben und bissfest blanchieren. Möhren in eine Pfanne mit Orangenlimo aufgießen. Flüssigkeit weitgehend einreduzieren lassen. Butter zugeben und Möhren glasieren lassen. Mit Salz abschmecken.

### Kartoffelstampf:

Kartoffeln schälen, in Stücke schneiden und in Salzwasser weichkochen.

Wasser abgießen. Kartoffeln ausdampfen lassen. Butter und warme Milch zugeben. Kar-

toffeln grob oder fein zerstampfen. Konsistenz nach Wunsch. Mit Salz und Muskat abschmecken.

**Rote-Bete-Carpaccio:**

Rote Bete in sehr feine Scheiben schneiden. Auf Tellern kreisförmig auslegen. Aus Öl, Essig, Honig, Salz und Pfeffer ein Dressing rühren und über die Bete träufeln. Nach Wunsch mit Walnüssen und Grün garnieren.

Annika Ahlers-Vincke am 10. April 2026