

Gegrilltes Secreto vom Ibérico-Schwein

Für 2 Personen

400 g Schweinsrücken	Salz, Pfeffer	2 Zweige Thymian
2 EL Olivenöl	500 g Spitzkohl	30 g geräucherter Bauchspeck
200 ml Gemüsebrühe	2-3 EL Champagner-Essig	3-4 EL Sonnenblumenöl

Das Fleischstück mit Salz, Pfeffer, Thymianblätter und 1-2 EL Olivenöl einreiben. In eine lebensmittelechte und hitzestabilefolie einpacken und vakuumieren und im 70 Grad heißen Wasserbad ca. 5 Stunden garen. (Oder das vorbereitete Fleischstück in eine Auflaufform geben und bei 80 Grad im Ofen ca. 5 Stunden garen.) Spitzkohl halbieren, den Strunk entfernen und dann das Kraut in sehr feine Streifen hobeln oder schneiden. Speck in feine Würfel schneiden und in einer Pfanne kurz anschwitzen. Speckwürfel zum Kraut geben. Gemüsebrühe lauwarm erhitzen, zum Kraut geben, mit Pfeffer und wenig Salz würzen. Essig und Sonnenblumenöl untermischen und etwas ziehen lassen. Kurz vor dem Servieren nochmal abschmecken. Das Fleisch aus der Folie packen und auf dem vorgeheizten Grill von allen Seiten anbraten, vom Grill nehmen und aufschneiden. Das Fleisch mit dem Krautsalat anrichten.

Karlheinz Hauser Montag, 17. Mai 2010