

Spanferkel-Rollbraten, Fenchel-Gemüse mit Saubohnen

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

| | | |
|--------------------------|------------------|--------------------|
| 400 g Spanferkelrücken | 2 Knoblauchzehen | 1 EL Butterschmalz |
| 2 Zweige Rosmarin | 4 Zweige Thymian | 1 EL Fenchelsamen |
| 6 schwarze Pfefferkörner | Fleur de Sel | |

Für das Fenchelgemüse:

| | | |
|---------------------------|----------------------|----------------------------|
| 1 Fenchelknolle mit Grün | 500 g Saubohnen | 4 La Ratte Kartoffeln |
| 8 Datteltomaten | 4 Cipollini-Zwiebeln | 2 Knoblauchzehen |
| 100 ml trockener Weißwein | 150 ml Geflügelfond | 30 ml Anisschnaps |
| 1 TL Fenchelblütenhonig | Olivenöl | 2 Zweige glatte Petersilie |
| 2 Zweige Estragon | Fleur de Sel | Pfeffer |

Für das Fleisch: Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Fleisch kalt abbrausen und trocken tupfen. Die Haut kreuzweise einritzen, danach mit der Haut nach unten ausgebreitet und auf die Arbeitsfläche legen. Fenchelsamen und den Pfeffer im Mörser grob zerstoßen. Mit 1 TL Fleur de Sel vermischen und auf dem Fleisch verteilen. Kräuter von den Stielen befreien, die Blättchen fein hacken und über das Fleisch streuen.

Knoblauch abziehen, in feine Scheiben schneiden und ebenfalls auf dem Fleisch verteilen. Das Fleisch aufrollen, mit Küchengarn binden und nochmals salzen. Pfanne mit dem Butterschmalz erhitzen und den Rollbraten rundherum knusprig anbraten. Anschließend herausnehmen, in eine ofenfeste Form geben und im Ofen auf dem Gitterrost 15-20 Minuten auf eine Kerntemperatur von 58 Grad garen. Aus dem Ofen nehmen und 10 Minuten am Herdrand ruhen lassen.

Für das Fenchelgemüse: Knoblauch andrücken. Fenchel waschen, halbieren und keilförmig den Strunk herausschneiden. Danach in Spalten schneiden. Zwiebeln abziehen. Kartoffeln putzen und in Spalten schneiden. Fenchel, Zwiebeln und Kartoffeln im Bräter mit dem Olivenöl goldgelb anbraten.

Knoblauchzehen zugeben. Salzen und pfeffern. Honig dazugeben und leicht karamellisieren lassen. Mit Anisschnaps und Weißwein ablöschen und aufkochen lassen. Sobald die Flüssigkeit eingekocht ist, den Geflügelfond zufügen. Tomaten dazugeben und das Gemüse mit geschlossenem Deckel auf dem Herd fertig garen.

Kräuter fein schneiden. Saubohnen aus den Schoten nehmen, in kochendem Salzwasser blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Nun die dünnen Häutchen entfernen, sodass nur die Kerne übrigbleiben.

Saubohnenkerne zu dem Fenchelgemüse geben und alles mit den Kräutern, Salz, Pfeffer und Olivenöl abschmecken.

Für die Fertigstellung: Das Fleisch aus dem Ofen nehmen, das Küchengarn entfernen, würzen und in Scheiben schneiden. Das Gemüse auf 2 vorgewärmten tiefen Tellern anrichten und das Fleisch darauf setzen.

Cornelia Poletto am 04. Juli 2025