

Schweine-Lende im Speckmantel

1 Schweinelende 500-550 g 200 g Bacon 1- 2 EL Senf
1/2 Bd. glatte Petersilie Pfeffer, Paprika

Den Backofen auf 15°C vorheizen.

Die Speckscheiben lückenlos leicht übereinanderlappend auslegen.

Zu 2/3 mit Senf bestreichen.

Die Petersilie in ganzen Blättern darauf verteilen und die Schweinelende darauf platzieren.

Die Speckstreifen vorne hochklappen und mit der Lende einrollen, etwas andrücken.

Mit der Nahtstelle nach unten in eine heiße Pfanne legen.

Von allen 4 Seiten jeweils ca. 1-2 min. bei mittlerer Hitze anbraten.

Dann in den Ofen schieben, 10 min. braten, wenden und weitere 10 min. braten.

Dann sollte die Lende fertig sein und eine Kerntemperatur von 75°C haben. Das Fleisch ist dann noch leicht rosa.

NN am 10. März 2022