

- [1.: Impressum.](#) |
- [2.: Datenschutzerklärung.](#) |
- [3.: Kontakt.](#)

[www.Heimat-schmeckt.de](http://www.Heimat-schmeckt.de) / [Rezepte](#) / [Schweinefleisch](#)

## Gerichte mit Schweinefleisch

"Heimat schmeckt!" empfiehlt ...

### Hackfleisch Eintopf mit Sauerkraut

in Zusammenarbeit mit der Ernährungsberatung RLP

#### Zutaten und Zubereitung

(für 10 Personen) 125 g Schinkenwürfel 1,5 Kg gemischtes Hackfleisch 6 EL Rapsöl 6 Zwiebeln 2 Knoblauchzehen 2 l Tomatenpüree 2 l Brühe 5 TL Tomatenmark 2 kg mildes Sauerkraut 15 Gewürzgurken Salz, Pfeffer und Paprika

Die Schinkenwürfel mit dem Hackfleisch mischen und in Rapsöl anbraten. Die Zwiebeln würfeln und die Knoblauchzehen pressen und glasig dünsten. Mit Tomatenpüree und Brühe auffüllen und Tomatenmark hinzufügen. Mit Salz, Pfeffer und Paprika abschmecken. Mildes Sauerkraut auseinanderzupfen, klein schneiden und dazugeben. Die Gewürzgurken würfeln und nochmals 15 Minuten mitköcheln lassen. Abwandlung: Die sauren Gurken können durch frische Paprika (mit Sparschäler schneiden) ersetzt werden.

#### Unser Tipp:

Dazu eine Scheibe Bauernbrot und fettarmen Sauerrahm reichen, der nach Belieben zugefügt werden kann.

---

### Hackfleisch-Kürbis-Auflauf

in Zusammenarbeit mit der Ernährungsberatung RLP

#### Zutaten und Zubereitung

(für 4 Personen) 375 g Hackfleisch 1 Zwiebel 2 Knoblauchzehen 800 g Kürbisfleisch 2 EL gehackte Kräuter 1/4 l Milch 2 Eier 4 EL geriebenen Käse Salz und Pfeffer

Das Hackfleisch in einer Pfanne mit Rapsöl anbraten. Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Kürbisfleisch fein würfeln. Kräuter (z.B. Thymian, Petersilie, Majoran) waschen und klein schneiden. Alles in der Pfanne mit dem Fleisch zusammen andünsten. In eine Auflaufform füllen. Die Milch mit den Eiern verquirlen, würzen und in die Auflaufform gießen. Den Käse über die Gemüsemasse verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 °C ca. 30 Minuten backen.

---

## **Schweinebraten Gärtnerinnenart**

**Der Scheidterhof aus Kobern-Gondorf empfiehlt...**

### **Zutaten und Zubereitung**

750 g Schweineschulter 4 EL Schweineschmalz 4 Stangen Porree Für die Marinade: 4 EL Öl 1/8 l Kräuternessig 1/8 l Weißwein je eine Prise Salz, Pfeffer, Zucker 1 kleine gehackte Zwiebel 1 Bund klein gehackte Radieschen 1/4 TL getrockneter Estragon je 1 Bund Petersilie, Dill und Schnittlauch Zum Binden: 1 EL Mehl 1/8 l saure Sahne

Für die Marinade alle Zutaten verrühren. Fleisch in eine Schüssel geben. Die Marinade darüber geben. Etwa 12 Stunden darin ziehen lassen. Danach das Fleisch heraus nehmen, trocken tupfen. Schmalz erhitzen und das Fleisch von allen Seiten darin anbraten. Mit etwas Beize ablöschen. Den Braten etwas 75 Minuten schmoren. Dabei nach und nach Beize zugeben. Zwischendurch Porree putzen und in Rinde schneiden. 20 Minuten vor Ende der Garzeit zu dem Fleisch geben. Zum Schluss das Fleisch heraus nehmen und warm stellen. Mehl mit saurer Sahne verrühren und die Soße damit binden.

---

## **Schweinefleisch süß-sauer**

**in Zusammenarbeit mit der Ernährungsberatung RLP**

### **Zutaten und Zubereitung**

600 g Schweinefleisch 5 EL Öl 1 grüne Paprikaschote 100 g Möhren 1 Knoblauchzehe 1/4 l Fleischbrühe 5 EL Sojasoße 3 EL Metessig 1 EL Speisestärke

Schweinefleisch klein würfeln und in Öl portionsweise bei mittlerer Hitze unter Wenden 8 Minuten knusprig braten. Anschließend das Fleisch warm stellen. Die grüne Paprikaschote würfeln, die Möhren in Stifte schneiden, die Knoblauchzehe zerdrücken und das Gemüse in dem restlichen Öl andünsten. Mit Fleischbrühe aufgießen und 3 Minuten kochen lassen. Die Sojasoße und den Metessig mit der Speisestärke verrühren und zum Gemüse geben und aufkochen lassen. Gemüse über das Fleisch geben und Servieren.

## **Unser Tipp:**

Als Beilage Reis servieren!

---

# **Schweinekoteletts überbacken mit Kräuterkäse**

## **Zutaten und Zubereitung**

4 Koteletts 2 Gläser Weinbrand Pfeffer, Salz, Majoran, Muskat 1 Knoblauchzehe 100 ml Weißwein 100 ml Wasser 1 Ecke Schmelzkäse 4 EL Sahne 2 Eigelb 1 Bund Dill 1 Bund Petersilie 1 Bund Schnittlauch

Koteletts in einer Soße aus Weinbrand, Salz, Pfeffer, Majoran und Knoblauch 30 Minuten marinieren. Anschließend auf beiden Seiten anbraten und auf Backbleche geben. Für die Käsesoße Weißwein, Wasser und Schmelzkäse kochen, mit Sahne und Eigelb binden. Dill, Petersilie und Schnittlauch klein schneiden und die Masse damit und etwas Muskat würzen. Die Käsesoße über die Koteletts gießen und im Backofen oder Grill 8-10 Minuten goldgelb überbacken.

---

# **Würziger Hackfleischauflauf mit Brokkoli**

## **Der Scheidterhof aus Kobern-Gondorf empfiehlt...**

## **Zutaten und Zubereitung**

750 g Pellkartoffeln Für die Hackmasse: 375 g Hackfleisch, gemischt 125 g Zwiebeln 50 g geklärte Butter 3 EL Tomatenketchup gemischte Kräuter Salz, Pfeffer Außerdem: ca. 1 kg frischen Brokkoli Salz 1/4 l Fleischbrühe Fett für die Auflaufform 2 Eigelb 1 Becher Crème fraîche Muskat 3 EL Emmentaler Käse 2 Eiweiß

Kartoffeln waschen und mit der Schale ca. 20 Minuten kochen. Inzwischen Zwiebeln schälen und würfeln. Geklärte Butter erhitzen, Hackfleisch zufügen, kurz anbraten. Dann Zwiebeln mitbräunen. Zum Schluss Tomatenketchup, Kräuter, Salz und Pfeffer zufügen. Brokkoli putzen, waschen und 10 Minuten in Salzwasser garen, abgießen. Die Kartoffeln pellen und in Scheiben schneiden. Eine gefettete Auflaufform damit auslegen. Darauf die Hackfleischmasse geben. Mit der Hälfte des Brokkoligemüses abdecken. Die andere Hälfte pürieren, mit Eigelb, Crème fraîche, Salz, Muskat und dem geriebenen Käse verrühren. Eiweiß zu Schnee schlagen und unter die Eigelbmasse heben. Über den Auflauf geben. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Elektro) oder Stufe 3 (Gas) ca. 30-40 Minuten backen.

---