

Gebratene Schweinsbrust



Aussen knusprig, innen zart ist die gebratene Schweinsbrust. Sie wird zuvor mit Zitronengras und Ingwer mariniert und mit Hoisin-Sauce serviert.

Hauptgericht

Für 4 Personen

- 2 Stängel Zitronengras
- 2 cm Ingwer
- 3 EL Sonnenblumenöl
- 1 EL grobes Meersalz
- 2 EL granulierter Cayennepfeffer
- 1 kg Schweinsbrust

Backofen auf 190 °C vorheizen.

Vom Zitronengras äussere Blätter entfernen, trockene Enden wegschneiden. Zarte Innenblätter und Ingwer fein hacken. Zitronengras, Ingwer, Öl, Salz und Cayennepfeffer verrühren.

Schweinsbrust mit Haushaltspapier trocken tupfen. Haut mit einem Messer gitterartig einschneiden. Fleisch mit Marinade einreiben. Mit der Hautseite nach unten in den Bräter legen.

In der Ofenmitte ca. 60 Minuten braten. Temperatur auf 200 °C erhöhen. Fleisch wenden und ca. 70 Minuten fertig braten, bis die Haut knusprig ist.

Fleisch aus dem Ofen nehmen. Rundum mit wenig Hoisin-Sauce bestreichen. Zugedeckt 10 Minuten ruhen lassen. Fleisch in Tranchen schneiden.

Restliche Hoisin-Sauce dazu servieren.

(Hoisin-Sauce ist eine dickflüssige, dunkle Sauce aus der chinesischen, genauer regionalen Kanton-Küche, und der vietnamesischen Küche, die vor allem zu Fleischgerichten verwendet wird, beispielsweise zu Spanferkel oder Pekingente.)