

#### Kochdauer:

Gut Ding braucht Weile (länger als 60 Minuten)

#### Schwierigkeit:

gut machbar

#### Zutaten für 4 Portionen:

600 g Schweineschulter  
100 g Karotten  
100 g Knollensellerie  
100 g Pastinaken  
3 EL Butterschmalz  
2 Stk. gelbe Zwiebeln  
Lorbeerblätter  
Pfefferkörner, schwarz  
Knoblauch  
Wacholderbeeren  
Erdäpfelstärke  
Wasser  
Salz

#### Mein persönlicher Tipp

Dieses Gericht mit einem Karreestück oder Schopf zubereiten.



**Eva Maria Lipp**

Ernährungsberaterin und  
Kochschulleiterin in Leoben

## Steirisches Wurzelfleisch



Foto: Eva Maria Lipp - Nicht zur freien Verwendung

#### Zubereitung

- Fleisch mit den Gewürzen gut einreiben und in einer Pfanne gut anbraten.
- Den Braten ins Rohr geben und mit etwas Wasser aufgießen, immer wieder wenden.
- Das Gemüse (Karotten, Sellerie und Pastinaken) fein schneiden und jeweils extra weichkochen.
- Gemüse kann man auch zum Aufgießen des Bratens verwenden.
- Gemüse erst 10 Minuten bevor der Braten fertig ist zum Fleisch dazu geben.

#### Quellen:



Regionale Rezepte



von Bäuerinnen empfohlen  
traditionell & saisonal

Eva Maria Lipp: *Genießen ohne  
Grenzen*



lk Bäuerinnen  
Österreich

Eine Initiative des  
AGRAR.PROJEKT.VEREIN

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium  
Nachhaltigkeit und  
Tourismus

LE 14-20  
Entwicklung für den ländlichen Raum

Europäischer  
Landwirtschaftsfonds für  
die Entwicklung des  
ländlichen Raums:  
Hier investieren Europa in  
die ländlichen Gebiete.

