



Kochdauer:

Gut Ding braucht Weile (länger als 60 Minuten)

Schwierigkeit:

gut machbar

Zutaten:

- 300 g Karotten
- 20 g Knoblauchzehen
- 2 Stk. Lorbeerblätter
- 10 Stk. Pfefferkörner, schwarz
- 500 g Speckschwarte
- 1 Stk. Schweinestelze
- Kräutersalz
- 150 g gelbe Zwiebeln
- 150 g Knollensellerie
- 150 g Erbsen
- 1 Stk. Blattsalat
- Apfelessig
- Kürbiskernöl

Mein persönlicher Tipp

Mit verschiedenem Gemüse kann diese traditionelle Sulze immer verfeinert werden.



Michaela Mauerhofer
Seminarbäuerin aus Greinbach

Quellen:



Eva Maria Lipp: *Seminarrezept*

Schwartzsulze mit Gemüse auf saisonalem Blattsalat



Foto: Eva Maria Lipp - Nicht zur freien Verwendung

Zubereitung

Schwartzsulze

- o Zutaten (für 4 Portionen): 100 g Karotten, 20 g Knoblauchzehen, 2 Stk Lorbeerblätter , 10 Stk Pfefferkörner (nicht gemahlen), 500 g Schweineschwarten, 1 Stk Schweinsstelze (oder 1/2 Sauschädl), 150 g Zwiebel und Kräutersalz
- o In einem großen Topf alle Zutaten hineingeben und Fleischteile weichkochen.
- o Anschließend die Flüssigkeit in ein flaches Gefäß abgießen.
- o Das Fleisch von den Knochen ablösen und klein würfelig schneiden.
- o Die Schwarten in feine Streifen schneiden.
- o Das kleingeschnittene Fleisch und die Schwarte in das flache Gefäß geben.
- o Gemüse der Sulze beifügen und kurz umrühren.
- o Am besten über Nacht – es reichen bei niedrigeren Temperaturen auch ein paar Stunden - in den Kühlschrank stellen.
- o Durch das Kaltstellen ist die Sulze durch die natürliche Gelatine am nächsten Tag schön fest und fertig zum Genießen.
- o Die obere entstandene Fettschicht wird vor dem Servieren entfernt.
- o Mit mariniertem Salat hübsch anrichten.

Gemüse

- o Zutaten (für 4 Portionen): 200 g Karotten, 150 g Sellerie und 150 g Erbsen
- o Karotten und Sellerie im Ganzen dämpfen. Erbsen nur ganz kurz der Hitze aussetzen.
- o Karotten und Sellerie schälen und in feine Streifen schneiden.

Saisonaler Blattsalat

- o Zutaten (für 4 Portionen): 1 Grazer Krauthäuptel bis hin zu Chinakohl im Winter, Apfelessig, Kürbiskernöl und Kräutersalz
- o Salat waschen und mit einer Marinade aus Apfelessig, Kürbiskernöl und Kräutersalz abschmecken.