

## Rezept aus „Silvia kocht“

Foto: ORF/ Silvia Schneider GmbH/ Juraj Melicher



## Steirisches Wurzelfleisch vom Schweinslungenbraten

**Köchin: Karin Leitner**

### Zutaten

(für 4 Personen)

Für das Wurzelfleisch

- 600-700 g Schweinslungenbraten (Schweinefilet)
- 1,5 l Wasser
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Lorbeerblätter
- 4-5 Pfefferkörner
- ½ TL Kümmel (ganz)
- Kristallzucker
- ein Schuss Apfelessig
- 1 TL Salz

Für das Wurzelgemüse

- 100 g Karotten
- 100 g gelbe Rüben
- 100 g Knollensellerie
- 100 g Lauch
- 1 l Gemüsebrühe

Für die Salzkartoffeln

- 700 g kleine Kartoffeln (festkochend)
- Salz

Für die Garnitur

- gehackte Petersilie
- frisch gerissener Kren nach Belieben

### Zubereitung

1. Für die Salzkartoffeln zuerst die Kartoffeln schälen, tournieren und in einem Topf in reichlich Salzwasser 20-25 Minuten garkochen, danach beiseitestellen.
2. In der Zwischenzeit für das Schweinefilet 1,5 l Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Dann den Knoblauch, die Lorbeerblätter, die Pfefferkörner, den Kümmel, eine Prise Kristallzucker, einen Schuss Apfelessig und das Salz hinzufügen.
3. Den geputzten Schweinslungenbraten in das gewürzte Kochwasser legen und bei schwacher Hitze 10 Minuten köcheln lassen (der Lungenbraten sollte am Ende der Kochzeit innen noch leicht rosa sein). Am Ende der Garzeit das Fleisch aus dem Sud nehmen, kurz ruhen lassen und vor dem Anrichten in 2 cm dicke Scheiben schneiden.
4. Für das Wurzelgemüse die Karotten, die gelben Rüben und den Knollensellerie schälen und in feine Streifen (Julienne) schneiden. Den Lauch in dünne Ringe schneiden.
5. Dann 1,5 l Gemüsebrühe in einem Topf zum Kochen bringen, das geschnittene Wurzelgemüse in die Brühe geben und etwa 5 Minuten darin köcheln lassen, danach mit einem Siebschöpfer herausnehmen.
6. Zum Schluss je drei Scheiben vom Wurzelfleisch mit etwas Wurzelgemüse und den Kartoffeln auf einem flachen Teller anrichten, mit einem Schuss Brühe übergießen und mit frisch gerissenem Kren und gehackter Petersilie bestreuen.