

Foto: Colourbox



## Beschwipster Orangen Braten

Koch: Julian Kutos

### Schwein

1 kg Karree mit Schwarte  
Öl  
3 cm Ingwer  
1 Knoblauchzehe  
Salz  
2 EL Sojasauce  
Pfeffer

### Sauce

500 ml Hühnerfond  
100 ml Rum  
3 Orangen

### Kraut Orangen Salat

500 g Weißkraut  
3 Orangen  
4 EL Olivenöl  
4 EL Essig  
1 EL Zucker  
Salz  
Pfeffer

**Zubereitung:**

Backofen auf 200 °C Heißluft vorheizen.

**Schweinebraten**

Schwarze mit einem scharfen Messer einschneiden. Mit Öl einreiben, salzen, pfeffern, mit fein gehacktem Knoblauch und Ingwer einreiben. Vor dem Ofen das Fleisch einer Pfanne von allen Seiten anbraten, zum Schluss mit etwas Rum und Sojasauce ablöschen.

**Ofen**

Das Fleisch mit der Schwarze (Schwein) nach unten in eine Ofenform geben. Mit Hühnerfond, Saft von 2 Orangen, restlichem Rum aufgießen. Im Backofen bei 200°C Heißluft schmoren.

**Schwein**

Ca. 60 min, nach 30 min umdrehen. Orangen Scheiben in die Sauce legen. 1 Stunde Backzeit pro Kg Fleisch Bei größeren oder kleineren Stücken die Zeit anpassen.

**Kraut Orangen Salat**

Das Kraut fein hacken, mit Salz einreiben und gut kneten. 30 min stehen lassen. 2 Orangen in kleine Stücke schneiden, 1 Orange abreiben und auspressen, mit Öl, Essig, Zucker und Salz vermischen. Kraut mit Sauce vermischen.