

Knusper-Pralinen vom Schweinebauch



Zutaten (4 Personen):

- 1 kg Schweinebauch (am Stück ohne Knochen)
- 1/2 Pkt. Backpulver
- 50 g Salz
- Grillgewürzmischung (z.B. Magic-Dust-Rub)

Wichtiger Hinweis vorweg:

Die Knusper-Pralinen können auf dem Grill oder im Backofen zubereitet werden. Die Temperatur im Garraum und die Garzeiten sind hierbei identisch.

Zubereitung:

Den Schweinebauch waschen und trockentupfen. Die Schwartenseite mit einem scharfen Messer in regelmäßigen Abständen einstechen (alle 2 cm ein Einstich) und den Schweinebauch dann in etwa 5x5cm große Würfel schneiden.

Salz und Backpulver in einem Schälchen vermischen. Die Schweinebauchpralinen mit der Schwartenseite nach unten in die Mischung stellen, etwas andrücken und danach nebeneinander aufrecht mit der Schwartenseite nach oben auf eine Platte oder Teller stellen.

Damit die Mischung nun das Wasser aus der Schwarte ziehen kann, werden die Pralinen für mindestens eine Stunde in den Kühlschrank gestellt.

In der Zwischenzeit Grill (indirektes Grillen) oder Backofen auf 175 Grad vorheizen (Ober-/Unterhitze).

Die Pralinen nach der Ruhezeit kurz abspülen, damit die Salzmischung entfernt wird und anschließend trockentupfen. Danach von allen Seiten (außer der Schwartenseite) in der Gewürzmischung wälzen und leicht andrücken.

Ein Rezept von www.SCHMAUSE-blog.de

Die Pralinen mit der Schwartenseite nach oben in einer feuerfesten Schale auf ein Rost stellen und für 45 Minuten in Ofen oder Grill garen. Nach der Zeit sollte die Oberfläche erste Bläschen zeigen und knusprig werden.

Zum Abschluss die Temperatur von Grill oder Backofen auf 200 Grad (beim Backofen Grillfunktion) erhöhen und die Pralinen etwa 15 Minuten weiter grillen, damit die Oberseite noch knuspriger wird. Dabei regelmäßig nachschauen, bis der gewünschte Knusper- und Bräunungsgrad erreicht ist.

Tipp:

Hierzu schmecken angebratene Drillinge und Coleslaw besonders lecker.

Nährwertangaben: 788 kcal p.P., 5 g KH p.P. (ohne Beilage)