



# Teufelsbraten mit Kräuter-Chili-Sauce

## ZUTATEN

 Für 4-6 Personen

**2 Stück** Knoblauchzehen  
**1 Bund** Petersilie glattblättrig  
**1 Zweig** Rosmarin gross  
**1 Stück** Chilischote  
**2 Esslöffel** Olivenöl  
**800 g** Schweinsnierstück  
**1 Esslöffel** Senf  
Salz

### Sauce

**1 1/2 dl** Sonnenblumenöl  
**1/2 dl** Weissweinessig  
**3 Esslöffel** Ketchup  
Tabasco einige Tropfen  
**1 Stück** Chilischote  
**2 Stück** Schalotten gross  
**2 Bund** Schnittlauch  
Salz, Pfeffer aus der Mühle

### Für den Kleinhaushalt

*Für 2-3 Personen: Zutaten halbieren. Für 1 Person: Der Aufwand lohnt sich nicht. Besser 1 Stück Schweinsfilet in der Pfanne braten, abkühlen lassen, dünn aufschneiden und mit 1/4 Portion der Sauce anrichten.*

## NÄHRWERT

### Pro Portion

**459** kKalorien  
**1920** kJoule  
**2g** Kohlenhydrate  
**26g** Eiweiss  
**37g** Fett

Erschienen in  
7-8 | 2002, S. 48

## ZUBEREITUNG

- 1** Knoblauch schälen und mit Petersilie sowie Rosmarin fein hacken. Chilischote entkernen und in feinste Würfelchen schneiden. Alle Zutaten mit dem Olivenöl zu einer Paste mischen.
- 2** Den Fettdeckel des Schweinsnierstückes wegschneiden. Das Fleisch mit Senf einreiben und leicht salzen. In eine feuerfeste Form legen und die vorbereitete Paste auf die Oberseite des Fleisches streichen.
- 3** Den Braten im auf 180 Grad vorgeheizten Ofen auf der zweituntersten Rille während etwa 40 Minuten braten.
- 4** Für die Sauce Öl, Essig, Ketchup und Tabasco verrühren. Chilischote entkernen und fein hacken. Schalotten schälen und fein hacken. Schnittlauch in Röllchen schneiden. Alles zur Sauce geben und mit Salz sowie Pfeffer abschmecken.
- 5** Zum Servieren das Fleisch in dünne Tranchen aufschneiden und mit der Kräuter-Chili-Sauce anrichten.

Das Fleisch kann lauwarm oder kalt genossen werden. Am Vortag gegartes Fleisch im Kühlschrank aufbewahren und vor dem Essen gut 1 Stunde Zimmertemperatur annehmen lassen.

