

Geschmorte Schweinebäckchen in Mole

Zutaten für Fleisch und Soße (für 4 Personen):

- 1 kg Schweinebäckchen
- 2 Möhren
- 2 Stangen Staudensellerie
- 2 Zwiebeln
- 3 Zehen Knoblauch
- 1 frische Chili
- Salz
- Pfeffer
- Öl
- 1 EL Tomatenmark
- 700 ml Rinderfond
- 3 Lorbeerblätter
- 2 EL Mehl
- 50 g (85% Kakaoanteil) Schokolade
- 1 EL Mole-Gewürzmischung
- 0,5 Limette
- frischer Oregano

Möhren schälen, Sellerie putzen. Beides in 0.5 cm große Würfel schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen, Zwiebeln fein würfeln, Knoblauch fein hacken.

Fleisch (wenn möglich vom Mangalica-Schwein) abspülen und abtrocknen, dann kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einem großen, flachen Topf erhitzen und die Schweinebacke darin anbraten, bis sie knusprig ist. Das Fleisch herausnehmen. Gemüse, Chili und Lorbeerblätter in den Topf geben und 10 Minuten darin dünsten, dabei mit Salz und Pfeffer würzen. Tomatenmark unterrühren und 30 Sekunden mit rösten. Mit Mehl bestreuen, anrösten und mit etwas Rinderfond ablöschen. Diesen Vorgang mindestens zweimal wiederholen. Dann den ganzen Rinderfond auffüllen, das Fleisch hinzugeben. Sollte es noch nicht bedeckt sein, Wasser nachgießen. Etwa 1.5 bis 2 Stunden auf kleiner Flamme im zugedeckten Topf schmoren.

Nach Ende der Garzeit das Fleisch herausnehmen. Die Soße durch ein feines Sieb in einen Topf gießen und 30 Minuten einkochen. Zum Schluss Schokolade und Mole-Gewürz dazugeben und mit Limettensaft kräftig abschmecken.

Kurz vor dem Servieren die Fleischstücke nochmals anbraten, dabei einige Zweige frischen Oregano mit in die Pfanne geben.

Zutaten für die Mihlo Frito:

- 125 g Maismehl
- 500 ml kaltes Wasser
- 1 TL Salz
- 1 TL Butter
- 1 EL Olivenöl
- geriebener Parmesan oder Manchego

Mihlo Frito besteht aus Maismehl, ist also feiner in der Konsistenz als Polenta-Grieß.

Maismehl, kaltes Wasser, Butter und Salz in eine beschichtete Pfanne (wichtig, in einem normalen Topf setzt es an) geben und unter ständigem Rühren einmal aufkochen. Anschließend auf ganz kleiner Flamme so lange einkochen, bis die Masse fest ist, das kann bis zu 90 Minuten dauern. Also Geduld. Die feste Masse auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und verstreichen. Auskühlen lassen, am besten über Nacht, bis die Masse komplett fest ist.

Vor dem Servieren den Ofen auf 220 Grad vorheizen. Aus der kalten Masse Rauten oder Würfel in beliebiger Größe schneiden. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben, mit Öl bestreichen und mit Käse bestreuen. Auf der mittlerer Schiene 20-25 Minuten backen, bis der Käse goldbraun ist.

Zutaten für die Guacamole:

- 1 Avocado
- 1 TL Salz
- 0,5 Limette
- 3 Stiele Koriander

Saft der Limette auspressen. Korianderblätter von den Stielen zupfen und hacken. Avocado halbieren, Kern entfernen. Das Fruchtfleisch mit einer Gabel zerdrücken, salzen und mit Limettensaft abschmecken. Durch ein feines Sieb streichen. Zum Schluss den Koriander unterrühren.

Sendung/Quelle: DAS!

Sendetermin: 01.03.2023

Koch/Köchin: Oliver Schwarzwald

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen