

Rezept des Monats: November 2025

Schweinebraten mit Quitten



Zutaten für 6 Personen		Zubereitung
		Backofen auf 220°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
1	Zwiebel	Zwiebel abziehen und fein würfeln. Fleisch trocken tupfen. Öl mit Gewürzen vermischen und das Fleisch damit einreiben.
1,2 kg	Schweinebraten	
2 EL	Öl	
1 TL	Cumin	
1 TL	Oregano	
¼ TL	Koriander, gemahlen	
	Salz, Pfeffer	
3 EL	Öl	Öl in einem Bräter auf dem Herd erhitzen und das Fleisch darin rundherum anbraten. Zwiebelwürfel dazugeben. Anschließend den Bräter auf der untersten Schiene in den Backofen geben. Nach 15 Minuten den Backofen auf 150°C Ober-/Unterhitze zurückschalten.
200 ml	Wasser	
1 kg	Quitten	Inzwischen die pelzige Oberfläche der Quitten mit einem Tuch abreiben. Quitten anschließend waschen, schälen, entkernen und in Spalten schneiden. Saft mit Zucker und Senf aufkochen, Quitten dazugeben und alles 5-8 Minuten köcheln lassen. 40 Minuten vor Ende der Garzeit die Quitten mit dem Sud zum Fleisch geben und mitgaren lassen. Nach Ende der Garzeit Fleisch und Quitten herausnehmen und warmhalten.
250 ml	Birnen- oder Apfelsaft	
3 EL	Brauner Zucker	
1 TL	Senf	
1 TL	Speisestärke	
2 EL	kaltes Wasser	Bratenfond durch ein Sieb gießen, Stärke mit Wasser verrühren und die Sauce damit abbinden. Alles kurz aufkochen lassen. Schweinebraten mit Quitten und Sauce anrichten.

Tipp: Dazu passen am besten Kartoffelklöße, Semmelknödel oder Salzkartoffeln.



Ernährungszentrum
Bodensee | Oberschwaben