

# Glasierter Schinkenbraten mit nussigen Bohnen und Servietten-knödeln

## Zutaten für 4 Personen

4 Zwiebeln  
 2 Knoblauchzehen  
 2 Möhren  
 1,5 kg gepökelter Schinkenbraten  
 4 EL BUTARIS Butterschmalz  
 Salz  
 Pfeffer  
 2 EL Tomatenmark  
 5 Brötchen vom Vortag (ca. 300 g)  
 250 ml Milch  
 5 Stiele Petersilie  
 2 Eier (Größe M)  
 geriebene Muskatnuss  
 75 ml Orangensaft  
 2 EL flüssiger Honig  
 400 g grüne Bohnen  
 75 g Haselnusskerne  
 1 EL Speisestärke



## Zubereitung:

- Für den Braten 2 Zwiebeln schälen und vierteln. Knoblauch schälen und mit dem Messerrücken leicht andrücken. Möhren schälen und in grobe Stücke schneiden. Fleisch waschen, trocken tupfen. 2 EL Butterschmalz in einem Bräter erhitzen. Fleisch darin rundherum anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Fleisch herausnehmen. Zwiebeln, Knoblauch und Möhren dazugeben und kräftig anbraten. Tomatenmark dazugeben und ca. 2 Minuten mit anbraten. Braten dazugeben und ca. 500 ml Wasser angießen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 175 °C/ Umluft: 150 °C/ Gas: s. Hersteller) ca. 1 1/2 Stunden garen.
- Brötchen in kleine Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. 2 Zwiebeln schälen und fein würfeln. 1 EL Butterschmalz in einem Topf schmelzen, Zwiebelwürfel darin glasig dünsten. Milch erhitzen und mit den Zwiebeln zu den Brötchen geben, verrühren. Zugedeckt ca. 20 Minuten ziehen lassen.
- Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen von den Stielen zupfen und hacken. Eier verquirlen und mit der Petersilie zu den Brötchen geben. Gut verkneten und mit Salz,

Pfeffer und Muskat würzen. Einen großen, weiten Topf mit reichlich Salzwasser aufkochen. Aus der Brotmasse ca. 12 Knödel formen und bei schwacher Hitze ca. 15 Minuten ziehen lassen, bis die Knödel oben schwimmen. Herausnehmen und warm halten.

4. Orangensaft und Honig verrühren und ca. 1 Stunde vor Ende der Garzeit Fleisch nach und nach damit bepinseln. Bohnen waschen, abtropfen lassen, putzen und brechen. Bohnen zugedeckt in wenig kochendem Salzwasser 15–20 Minuten dünsten, abgießen. Nüsse grob hacken. 1 EL Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, Nüsse darin kurz durchschwenken und Bohnen dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen.
5. Fertigen Braten herausnehmen und ca. 5 Minuten ruhen lassen. Bratfond durch ein Sieb in einen Topf gießen, aufkochen. Stärke mit 1 EL Wasser verrühren, Fond damit binden und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Knödel halbieren. Braten in Scheiben schneiden und mit Bohnen, Soße und Knödel anrichten.

**Zubereitungszeit:** ca. 1 3/4 Stunden.

**Nährwerte pro Portion:** 102 g E, 36 g F, 71 g KH = ca. 1020 kcal/ 4280 kJ