



Köstlicher Kräuterbraten mit Sahnesauce

ein Rezept für den Crockpot (Slowcooker)

Den Braten mit Salz, Pfeffer und etwas Knoblauchpulver von allen Seiten leicht würzen. Danach rundum mit den Kräutern bestreuen und diese andrücken. Das Fleisch (ggf. mit den Knoblauchzehen) in den Crocky setzen, abdecken und 4 - 5 Stunden auf high garen lassen.

Dann den Braten kurz aus dem CP nehmen und die entstandene Flüssigkeit durch ein Sieb in einen Topf umgießen. Den Braten wieder in den CP geben, abdecken und auf low warm halten.

Den Fleischsaft erwärmen und knapp 1 TL Fleischbrühe mit der Sahne einrühren und unter Rühren aufkochen lassen. Die Sauce n.B. mit etwas Saucenbinder binden.

Tipp: Dazu schmeckt mediterranes Gemüse, Bohnen und Kartoffeln oder mit Feta gefüllte überbackene Tomaten.

Arbeitszeit ca. 15 Minuten

Koch-/Backzeit ca. 4 Stunden 30 Minuten

Gesamtzeit ca. 4 Stunden 45 Minuten

Schwierigkeitsgrad simpel

Kalorien p. P. ca. 606



Zutaten für 4 Portionen:

1.100 g Schweinenacken, fein marmoriert

1 EL Rosmarin, getrocknet

1 TL Majoran, getrocknet

1 TL Thymian, getrocknet

1 TL Oregano, getrocknet

etwas Knoblauchpulver

Salz und Pfeffer

3 Knoblauchzeh(e)n, n.B.

1 TL, gestr. Fleischbrühe, instant

200 ml Sahne

Saucenbinder, weiß

Rezept von: downhillcat