

Schinkenbraten



- 1 ½ kg Schinkenbraten (ohne Schwarte;
1 Woche vorher beim Fleischer bestellen)
- 1 Bio-Orange
- 4 Stiele glatte Petersilie
- 1 TL Chiliflocken
- 5 Wacholderbeeren
- 5 Pimentkörner
- 1 Sternanis
- 2 TL flüssigen Honig
- 2 EL körniger Senf
- 2 Zimtstangen
- 4 Lorbeerblätter

- 1 Für den Braten Backofen vorheizen (E-Herd: 180 °C/Umluft: 160 °C/Gas: s. Hersteller). Fleisch kalt waschen, mit Küchenpapier trocken tupfen und in einen großen Bräter oder auf die Fettpfanne des Backofens legen.
- 2 Orange heiß waschen, trocken reiben, die Schale abreiben. Petersilie waschen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein hacken. Chili, Wacholder, Piment und Sternanis im Mörser zerkleinern. Mit Honig, Senf, Orangenschale und Petersilie in einer Schüssel verrühren.
- 3 Die Zimtstangen längs in je ca. 8 Streifen schneiden. Lorbeerblätter längs halbieren. Braten rundherum mit Honig-Senf-Gewürzmix einreiben. Zimtstangenstreifen ins Fleisch piksen. In den Braten 8 ca. 0,5 cm tiefe Schlitz schneiden.
- 4 Je 1 Lorbeerblatthälfte in je einen Schlitz stecken. Im heißen Ofen ca. 2 ½ Stunden braten. Dabei etwa alle 45 Minuten ca. 75 ml Wasser in den Bräter oder auf das Blech gießen.