



Bio Bauer Heinrichs Spezialrezept:

Bentheimer – Gemüse - Topf

Rezept für 3-4 Personen

Zutaten:

1000 g	Kartoffeln
800 g	Möhren
400 g	Zwiebeln
ca. 800 g	Fleisch vom Bunten Bentheimer Bioland Schwein (z.B.: Stielkotelett, Nackensteak, Lummer oder Schälrippe)
¼ Bund	Petersilie

Zubereitung:

Kartoffeln gut waschen, nicht schälen, längs durchschneiden.
Möhren schälen, in Scheiben,
Zwiebeln schälen, halbieren und in Ringe schneiden.

Fleisch in eine große Auflaufform mit Deckel oder einen Römertopf legen,
Kartoffeln, Möhren und Zwiebeln dazu schichten,
Form schließen, würzen ist nicht erforderlich, da das Fleisch vom Bunten Bentheimer Schwein so viel
Geschmack abgibt und das Gericht in der eigenen Flüssigkeit gart.

Je nachdem, ob Fleisch mit oder ohne Knochen verwendet wird, dauert das Niedrigtemperaturgaren bei 150°C
mit Knochen ca. 2,5 Stunden und ohne Knochen ca. 2 Stunden.
(Garprobe machen, mit Gabel in Kartoffel stechen)

Dazu kann man Kräuterquark und einen frischen grünen Salat reichen. Petersilie zum Dekorieren.

Wir wünschen Ihnen einen gemütlichen Abend im Kreise Ihrer Lieben!
an Kräuterquark und einen frischen grünen Salat reichen. Petersilie zum Dekorieren.

Wir wünschen Ihnen einen gemütlichen Abend im Kreise Ihrer Lieben!