

Schweinepfeffer mit Möhren- und Kartoffelstampf

Das Wort "Pfeffer" deutet darauf hin, dass man hier kräftig würzt. Es besagt aber auch, dass das Fleisch in Würfeln verwendet wird – so kann auch eher festes Fleisch zart werden und man kommt mit weniger aus. Preisgünstig kochen war immer ein hohes Ziel in der Bergmannsküche. Trotzdem haben wir hier das Gericht ein wenig angereichert, mit Zutaten, über die die Bergmannsfrau früher nicht verfügte.



Zutaten für 6 Personen:

- 1,5 bis 2 kg Schweinehals
- ca. 800 g Zwiebeln
- 2-3 EL Öl oder Schweineschmalz
- 1 gestrichener EL Mehl
- Salz
- Pfeffer
- 1 Prise Zucker
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Chilischote
- 1 EL Tomatenmark
- 1 EL Kümmel
- 1 EL getrockneter Majoran
- 2-3 Tomaten
- 1 rote Paprika
- 1 Spritzer Essig

Zubereitung:

- Das Schweinefleisch in Würfel von etwa drei Zentimetern schneiden. Die Zwiebeln fein würfeln, ebenso den Knoblauch.
- Zunächst das Fleisch im heißen Öl/Schmalz rundum anbraten, am besten portionsweise, damit alles Bodenkontakt haben kann und schöne Bratspuren bekommt. Dabei salzen, pfeffern und mit etwas Mehl bestäuben.
- Am Ende das Fleisch herausheben und die Zwiebeln mit Knoblauch und der entkerneten Chilischote weich dünsten. Dabei nochmals salzen, pfeffern und mit etwas Zucker bestreuen. Tomatenmark dazugeben, auch Kümmel und zwischen den Fingern zerriebenen Majoran.
- Das Fleisch wieder zufügen und alles gut durchmischen. Bei den Tomaten den Strunk ausschneiden, das Fruchtfleisch zerdrücken und zum Fleisch geben, die Haut nach oben. Jetzt bis zur halben Höhe Wasser angießen, den Deckel auflegen und den

Schweinepfeffer etwa zwei Stunden sanft schmoren lassen – auf der Herdplatte oder im Backofen bei 130 Grad Celsius Heißluft (oder 150 Grad Celsius Ober- und Unterhitze).

- Gegen Ende die Tomatenhäute entfernen und für die letzte Viertelstunde die in Würfel geschnittene Paprikaschote mitkochen. Am Ende kräftig abschmecken, mit Salz und einem guten Schuss Essig.

Beilage: Möhren-Kartoffelstampf nach dem folgenden Rezept.

Getränk: ein Bier – und zwar "Export"

Möhren- und Kartoffelstampf

Im Grunde ist dies ein ganzes Essen, allenfalls ein paar ausgebratene Speckwürfel gab es früher dazu. Heute können wir ihn als Beilage genießen. Zwiebeln, Möhren und Kartoffeln werden geschält, zuerst andünstet und schließlich mit etwas Wasser (man könnte sich heute sogar eine Fleischbrühe gönnen, was allerdings den Geschmack ins Üppige wendet) gar gekocht. Das wird dann zum Brei zerstampft, gut abgeschmeckt und mit Milch und einem Schuss Sahne verfeinert. Auch eine eher neumodische Angewohnheit, die aber einer deutlichen Geschmacksverbesserung dient.

Zutaten für 4 bis 6 Personen:

- 1 große Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 EL Butter
- Salz
- 1 Prise Zucker
- je 750 g Kartoffeln und Möhren
- ½ l Wasser
- 1/8 l Milch
- 1/8 l Sahne
- Pfeffer
- Muskat
- Zitronenschale
- frischer Majoran oder Petersilie

Zubereitung:

- Zwiebel und Knoblauch fein hacken, in einem großen Topf in der heißen Butter sanft andünsten, aber nicht bräunen. Salzen und mit Zucker bestreuen.
- Kartoffeln und Möhren schälen, würfeln und kurz mitdünsten. Wasser angießen, pfeffern und nochmals salzen.

- Das Gemüse zugedeckt etwa 20 Minuten gar kochen. Dann das Kochwasser abgießen (einen Teil davon auffangen). Stattdessen Milch und Sahne zu Kartoffeln und Möhren geben, aufkochen.
- Mit einem Kartoffelstampfer alles zerstampfen. Dabei – wenn nötig – noch einen Schuss vom Kochsud zufügen, bis die gewünschte Püreekonsistenz erreicht ist. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und geriebener Zitronenschale kräftig abschmecken.
- Zum Schluss reichlich gehackten Majoran oder Petersilie untermischen.