Lende an Grappa mit würzigen Fladen

© Joachim Brendel

Zutaten für 4 Personen

Für die Lende

1 Schweinelende (ca. 600 g)
2 EL Butterschmalz
50 ml Grappa, 1A alt
200 ml Wasser
Balsamico, rot - aus der Sprayflasche
Thymian, gerebelt
Knoblauchpulver

reichlich und kräftig schwarzer Pfeffer und Muskat aus der Mühle

Für die Sauce

200 ml Sahne, saure
1 TL Rinds Bouillon Instant
1 TL Rosmarin
1 TL Oregano
100 ml Grappa
400 ml Wasser (ca.)
2 TL Mondamin Speisestärke

reichlich und kräftig schwarzer Pfeffer und Muskat aus der Mühle

Zubereitung

Die Lende

Das Fleisch kurz abwaschen und mit Küchenpapier gut abtupfen.

Die Lende von allen Seiten erst leicht mit dem Balsamico besprühen, dann kräftig mit einem guten, alten Grappa einpinseln. Mindestens 5 Minuten ruhen lassen.

Das Fleisch rundum kräftig pfeffern, ebenso mit dem Muskat, Thymian und Knoblauchpulver bestreuen und alles etwas festdrücken.

Die Lende im heißen Butterschmalz bei Stufe 6 Elektro von beide Seiten ca. 3 Minuten kräftig anbraten. Dann ca. 100 ml heißes Wasser zugeben, die Pfanne mit einem Deckel schließen und 20 Minuten auf Stufe 4 Elektro weiterschmoren. Das Fleisch wenden, weitere ca. 100 ml heißes Wasser zugeben und nochmals 20 Minuten bei geschlossener Pfanne weiterschmoren. Ggf. zwischendurch noch etwas Wasser zugeben, falls alles zu stark eingekocht.

Die Sauce

Die Lende aus der Pfanne nehmen und den Bratensaft mit weiteren 200 ml heißem Wasser loskochen. Mit dem Schneebesen die saure Sahne einrühren, mit weiteren 200 ml heißem Wasser verdünnen, Rinds Bouillon, Rosmarin und Oregano zufügen und kräftig aufkochen. Die Speisestärke in dem Grappa auflösen und sämig einrühren. Die Hitze zurücknehmen. Schließlich alles kräftig mit Pfeffer und Muskat abschmecken.

Auf dem Teller mit der Sauce und einem Stück würzigem Fladenbrot anrichten (Rezept E 05 – siehe dort). Gut dazu schmecken aber auch feine Bandnudeln oder körniger Reis.

Dazu passt gut ein trockener Riesling aus dem Rheingau oder ein trockener, roter Italiener.