

Nah&Frisch

Professional

Ofenkaree mit Frühlingsgemüse

Hauptspeise

Fleischgerichte

Frühling

Ostern

Österreichisch

Zubereitung

Schwierigkeit: ● ● ○ ○ ○

Das Backrohr auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Knoblauch und Zwiebeln schälen. Frühlingszwiebel in Stücke schneiden, Karotten putzen. Kräuter mit geschnittenem Gemüse, Erdäpfeln, Olivenöl, Salz und Pfeffer in einem tiefen Backblech verteilen.

Karree kalt abspülen, gut trocken tupfen und anschließend kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen und das Karree darin bei starker Hitze rundum goldbraun anbraten. Auf das Gemüse legen und im Backrohr, mittlere Schiene ca. 90 Minuten garen.

Karree und Gemüse aus dem Rohr nehmen und servieren.



Zutaten

6 Knoblauchzehen

6 Frühlingszwiebel

6 junge Karotten

400 g kleine festkochende Erdäpfel

1 Rosmarinstängel

4 Thymianstängel

3 Petersilienstängel

4 EL Olivenöl

1 Schweinskarree

2 EL Sonnenblumenöl Salz

schwarzer Pfeffer aus der Mühle