

Eifeler Spießbraten vom Schweinenacken

Zutaten:

- 1,5–2 kg Schweinenacken
- 3 EL Salz
- 2 EL Paprika edelsüß
- 1 TL schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
- 1 TL Thymian (getrocknet oder frisch gehackt)
- 1 g Zucker
- 3–4 große Zwiebeln
- Küchengarn zum Binden
- (optional: etwas Speck oder ein Schuss Bier für den Bratfond)

Zubereitung:

- Fleisch vorbereiten: Den Schweinenacken längs einschneiden (wie ein Schmetterling), sodass eine große, flache Fläche entsteht.
- Würzen: Salz, Paprika, Pfeffer, Thymian und Zucker gut vermischen und das Fleisch innen und außen kräftig einreiben.
- Füllen: Die Zwiebeln schälen, in Ringe schneiden und gleichmäßig auf der Innenseite verteilen. Nach Belieben etwas Speckwürfel oder Senf dazugeben.
- Rollen und Binden: Den Braten fest zusammenrollen und mit Küchengarn zu einem kompakten Braten binden.
- Anbraten: Den Braten in einem Bräter oder einer großen Pfanne rundherum kräftig anbraten, bis er schön gebräunt ist.
- Im Ofen garen: Den Braten in den Bräter legen, nach Wunsch mit etwas Bier oder Brühe angießen, und bei 160–170 °C (Ober-/Unterhitze) für ca. 2–2,5 Stunden im Ofen schmoren. Zwischendurch mit dem Bratensaft übergießen.
- Servieren: Nach dem Garen das Garn entfernen, den Braten in Scheiben schneiden und mit der Zwiebelsauce servieren.