Schmeck den Süden
Baden-Württemberg

Erbsen-Eintopf mit Rauchfleisch und Kürbis-Kern-Öl

Wärmende Leibspeisen zum Löffeln...

Johannes Guggenberger hat dieses Rezept ausprobiert und fotografiert.

Seine Empfehlung zu diesem Erbsen-Eintopf:
Die Rezeptur unten bezieht sich auf Trocken-Erbsen ohne Schale, die kann man auch schon halbiert einkaufen. Damit spart man enorm Zeit beim Kochvorgang und sogar das Einweichen über Nacht ist bei dieser Sorte nicht unbedingt nötig. Ganz klar, dieser Eintopf schmeckt mit Erbsen ohne Schale zubereitet wesentlich feiner und ist auch sonst in der Handhabung viel unkomplizierter!

Highlight
Bei einem Erbsen-Eintopf ist für mich das Kürbis-Kern-Öl und etwas Essig schon immer das Highlight, beides passt meiner Meinung nach fantastisch zu diesem Gericht. Es braucht nicht viel zu sein, einige Spritzer vom Kürbis-Kern-Öl beim Anrichten obenauf, der Essig kommt zum Schluss, beim Abschmecken des Eintopfes hinzu.

Nachfolgend das Rezept für "Erbsen-Eintopf mir Rauchfleisch und Kürbis-Kern-Öl":

Zutaten

für ca. 4 Personen:

- 250 g geschälte, halbierte, getrocknete Erbsen
- 500 g gerauchten Schweinebauch
- 2 mittelgroße Kartoffeln
- 2 Karotten
- Ca. 1,5 Liter Wasser
- 2 Knoblauchzehen
- Essig
- Kürbis-Kern-Öl
- Salz & Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

In einem passenden Topf das Wasser mit den Erbsen zum kochen bringen, dann den gerauchten Bauch einlegen. Die Hitze reduzieren und bei kleiner Flamme köcheln lassen. Während dessen die Kartoffeln und Karotten schälen und würfeln. Den Knoblauch schälen und fein hacken.

Nach ca. 1 Stunde Kochzeit den Schweinebauch entnehmen und bis zur weiteren Verwendung warm stellen.Dann den Knoblauch, die Kartoffel- sowie die Karottenwürfel zu den Erbsen hinzufügen und so lange bei ganz kleiner Hitze köcheln lassen bis alles zusammen bissfest weich geworden ist. Die Erbsen sollten sich in dieserZwischenzeit zu einem Art Püree verändert haben. Wenn der Eintopf zu dick erscheint, einfach etwas Wasser zugießen. Zum Schluss mit einem Spritzer Essig, Salz, (sparsam) und Pfeffer aus der Mühle abschmecken.

Den fertigen Eintopf 10 Minuten ruhen lassen, dann nochmals erwärmen und bei Bedarf auch nochmals abschmecken. In der Zwischenzeit den Schweinebauch in 4 Scheiben aufteilen. Dann den heißen Erbsen-Eintopf in passendeTellern schöpfen, mit jeweils einer Scheibe Schweinebauch belegen und obenauf mit Kürbis-Kern-Öl beträufeln.