

## Griebenschmalz mit Zwiebeln, Äpfel und Majoran



### Das besondere Etwas...

Griebenschmalz schmeckt als Aufstrich und es bringt beim Kochen Extrapfiff in deftige Gerichte. Es ist quasi ein Genuss- und Würzmittel.

Früher, als die Bauern noch selber schlachteten, war Griebenschmalz in jedem Bauernhaus zu finden. Da möglichst alle Teile des Schweins verwendet werden sollten, wurde auch das Fettgewebe der Tiere verwertet.

### Was sind Grieben?

Flomenschalz und Griebenschmalz sind Varianten von Schweineschalz. Flomen bezeichnet das Fett des inneren Bauchfells und der Nieren vom Schwein. Grieben sind Reste der ausgebratenen Speckteile (verbleibendes Bindegewebe), die mit verarbeitet wurden. Griebenschmalz wird häufig mit Apfel- und Zwiebelwürfeln, Majoran und Thymian aromatisiert.

Wie es genau geht, beschreibe ich nachfolgend:

## Zutaten

- 500 g fetter, weißer Speck (Schweineflomen)
- 200 g Bauchspeck ohne Schwarte (ungeräuchert!)
- 120 g Zwiebeln
- 250 g Apfel (Boskop)
- 2 TL Majoran
- 1 TL Salz
- ½ TL Pfeffer, frisch geschrotet

## Zubereitung

Das weiße Fett (Flomen) unter fließendem Wasser abwaschen und mit einem Küchenpapier trocken tupfen. Dann sowohl das Flomen als auch den Speck in kleine 1/2 cm Würfel schneiden. In einem großen Bräter die Speck- und Flomenwürfel auslassen.

**Tipp:** Am besten einen Spritzschutz verwenden, denn es spritzt. Dabei die Hitze nicht allzu hoch drehen.

Zwiebeln schälen und Apfel schälen und entkernen. Beides fein würfeln.

Sobald die Grieben glasig sind, die Zwiebel- und Apfelwürfel ins Fett geben. Zusammen mit Salz, Pfeffer würzen.

Alles solange weiterbraten, bis die Grieben und die Zwiebeln hellbraun sind. Dabei zwischendurch das Rühren nicht vergessen!

Wenn Grieben und Zwiebeln die gewünschte Farbe erreicht haben, Majoran zugeben. Dann das heiße Griebenschmalz in Förmchen füllen. Das Griebenschmalz auskühlen lassen. Im Kühlschrank abgedeckt aufbewahren.

**Tipp:** Dazu schmeckt ein Bier, Bauernbrot und Schnittlauchröllchen.

