

## NACKEN VOM PORCO IBERICO MIT MÖHREN UNTEREINANDER

### Zutaten für 4 Personen

- \ ca. 1,5 kg Schweinenacken (am besten vom Porco-Iberico-Schwein)
- \ 1 kg Bio-Möhren, geschält
- \ ca. 1 kg Kartoffeln, mehlig kochend, geschält
- \ 1 Gemüsezwiebel, gehackt
- \ 1 Bund glatte Petersilie, gehackt
- \ 1 Liter Bio-Möhrensaft
- \ etwas Salz
- \ schwarzer Pfeffer
- \ etwas Butter
- \ etwas Weißwein
- \ etwas Creme fraîche
- \ etwas Senf

### Zubereitung

Den Nacken mit Senf einreiben und abgedeckt (am besten über Nacht) für eine Zeit lang in den Kühlschrank stellen.

Dann das Fleisch von allen Seiten anbraten und im Bräter für ca. 2,5 Stunden in den vorgeheizten Backofen (ca. 150 Grad) schieben. Ab und zu wenden.

Möhren in 2-3 mm dicke Scheiben schneiden und mit der Zwiebel in etwas Butter anschwitzen. Mit Wein ablöschen, den Möhrensaft und die Petersilie zufügen und bissfest garen.

Die Kartoffeln weich kochen und abgedämft in einer großen Schüssel etwas zerstampfen. Die Möhren mit dem Saft nach und nach unterheben. Etwas Butter zufügen. Mit Salz und Pfeffer (ruhig etwas mehr) abschmecken.

Den Schweinenacken aus dem Bräter nehmen und abgedeckt im Ofen ruhen lassen. Das Fett aus dem Bräter entfernen und den Bratensatz mit etwas Wein, Senf und Creme fraîche lösen und die Sauce mit etwas kalter Butter binden.

Das Fleisch aufschneiden und mit Sauce nappiert zu dem Möhren-Stampf servieren.