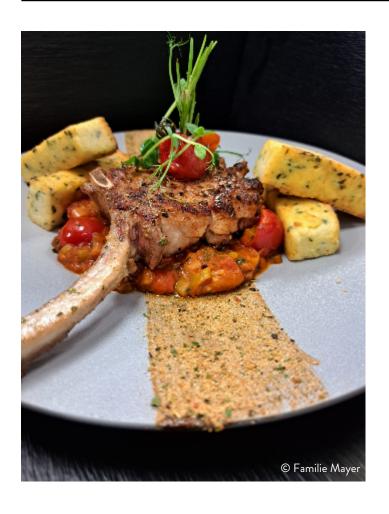
Dry Aged Tomahawk vom Ibericoschwein auf Tomatengemüse mit Kräuter-Polenta





Dauer: Mittel
Kategorie: Isst-Gut-Rezept Hauptspeisen
Saison: Ganzjährig
Für: 4 Personen
Verfasst von: Familie Mayer

Zutaten

400 G

Tomahawk	
4	Tomahawk vom Schwein
	grobes Salz
	schwarzer Pfeffer aus der Mühle
	etwas Planzenöl
Gemüse	

 $Cherrytomaten\ oder\ Tomatenst \ddot{u}cke\ im\ Glas$

1	Dose passierte Tomaten (500g)
1	Stange Lauch
	Salz
	Pfeffer
	Kräuter nach Belieben
Polenta	
250 G	
500 ML	Wasser
500 ML	
1 TL	Butter
	Rosmarin oder Basilikum

Zubereitung

Tomahawk

- 1. Fleisch rundum salzen und pfeffern.
- 2. Auf jeder Seite 1 Minute scharf in einer großen Pfanne anbraten.
- 3. Im Backrohr bei 130 °C ca. 15–20 Minuten nachziehen lassen.
- 4. Fleisch aus dem Rohr nehmen und 1–2 Minuten rasten lassen.

Gemüse

- 1. Cherrytomaten halbieren, Lauch in feine Ringe schneiden und in Pflanzenöl anbraten.
- 2. Passierte Tomaten dazu geben und 15 Minuten einkochen lassen.
- 3. Würzen und nach Belieben mit Kräutern verfeinern.

Polenta

- 1. Milch und Wasser mit einer Prise Salz aufkochen.
- 2. Polenta und Butter langsam einrühren und nach Wunsch Kräuter dazugeben.
- 3. Unter ständigem Rühren bei schwacher Hitze ca. 10 Minuten kochen, bis es eindickt.
- 4. Auf ein Blech mit Backpapier streichen und auskühlen lassen.
- 5. Vor dem Anrichten in Rechtecke schneiden und in einer Pfanne anbraten.

Isst-Gut-Rezept, Bratl-Tag

Rezept aus Magazin "swalzburg schmeckt" Herbst / Winter 2023