



## Edelgrillen mit Aromareifung

### Zutaten für vier Personen

1200 g Schweinekarree mit Schwarte

#### *zum Aromatisieren:*

2 EL Ahornsirup  
8 gestoßene Wacholderbeeren  
je 8 Pfefferkörner und Piment  
8 Blatt Salbei  
2 Zweige Thymian  
6 Lorbeerblätter  
2 Zweige Rosmarin  
2 Zweige Lavendel  
1 Zweig Oregano  
2 EL grobes Meersalz  
Frischhaltefolie zum Umwickeln

#### *für das Grillgemüse:*

2 Süßkartoffeln  
1 Aubergine  
1 Zucchini  
4 Knollen frischer, junger Knoblauch  
4 Schalotten  
je 2 gelbe und rote Paprikaschoten  
8 Strauchtomaten  
3 EL Olivenöl  
grobess Meersalz, Pfeffer

### **Nährwert pro Portion**

826 kcal – 36 g Fett – 79 g Eiweiß – 45 g Kohlenhydrate – 3 BE  
Dieses Gericht ist glutenfrei.

### **Zubereitung (circa 90 Minuten)**

Schweinekarree mit Schwarte kreuzweise einschneiden. Das ganze Karree mit einer Gaspistole abflämmen und danach mit Ahornsirup einpinseln. Frische Kräuter – Salbei, Thymian, Lorbeerblätter, Rosmarin, Lavendel, Oregano – auf die Schwartenseite auflegen und etwas andrücken. Dann gestoßene Pfefferkörner, Piment und Wacholderbeeren darauf verteilen, sodass es in die Ritzen hineingeht. Zum Schluss grobes Meersalz darüber streuen und alles in Folie wickeln. Im Kühlschrank vier Tage reifen lassen. Einige Löcher in die Folie stechen – zur Luftzirkulierung.

Danach das Karree in Koteletten schneiden, mit gestoßenen Aromaten auf dem Grill beidseitig auf den Punkt garen, mit einem Küchentuch abdecken und entspannen lassen.

Süßkartoffeln, Auberginen, Zucchini in circa eineinhalb Zentimeter dicke Scheiben zerteilen, gelbe und rote Paprikaschoten entkernen, Schalotten schälen und halbieren, Knoblauch schälen und Strauchtomaten säubern.

Das Gemüse – außer Kartoffeln – in kaltes Wasser legen, abtropfen lassen und zusammen mit den Kartoffeln feucht auf den Grill legen. Mit Olivenöl abpinseln, beidseitig garen und mit Pfeffer und Meersalz würzen. Alles auf einer Platte anrichten, Koteletten auf ein Brett mit allen Ingredienzien anrichten und servieren.