

Knusper-Schwein mit Süßkartoffeln, Tomaten-Salsa

Für 4 Personen

Fleisch und Süßkartoffeln:

1.2 kg Duroc-Schwein-Karree	Salz	1 EL Kreuzkümmel
1 EL Koriandersamen	Pfeffer	4 Süßkartoffeln
1 Knoblauchzehe	Olivenöl	2 EL heller Sesam
2 EL schwarzer Sesam	Koriander	

Für die Salsa:

5 Tomaten	1 rote Zwiebel	1 Zehe Knoblauch
1 frische Peperoni	1 Stück Ingwer	4 EL salzarme Sojasoße
3 EL Olivenöl	1 EL Honig	1 Limette

Fleisch und Süßkartoffeln:

Die Fettschicht des Fleisches rautenförmig einschneiden. Dabei darauf achten, nicht bis ins Fleisch hinein zu schneiden. Das Fleisch von beiden Seiten salzen und etwa 5-10 Minuten ziehen lassen.

Koriandersamen, Kreuzkümmel und Pfeffer in einem Mörser fein zerstoßen. Die zermahlenden Gewürze von beiden Seiten gleichmäßig auf das Fleisch streuen. Im vorgeheizten Ofen bei 80 Grad 1,5 Stunden garen oder etwa 1 Stunde bei indirekter Hitze auf dem Grill. Je nach Größe des Fleischstücks und je nach Ofen kann die Zubereitungszeit schwanken. Bei einer Kerntemperatur von 68 Grad ist es saftig fertig gegart.

Indirekte Hitze im Grill wird erreicht, indem die Kohle nur auf einer Seite des Grills aufgeschichtet wird. Das Fleisch kommt dann auf die Seite ohne Kohle. Beim Grillen kann der Geschmack noch verstärkt werden, indem man auf die Glut etwas Hickory-Holz gibt. Die Süßkartoffeln halbieren, Schnittflächen mit dem Knoblauch einreiben, ein paar Tropfen Olivenöl auf den Schnittflächen verteilen, mit etwas Salz würzen und etwa 1 Stunde zum Fleisch in den Ofen oder auf den Grill geben.

Das fertig gegarte Fleisch vom Grill oder aus dem Ofen nehmen und etwas Sud der Tomatensalsa darüber geben. Wer mag, gibt außerdem noch etwas Sojasoße und Honig darüber.

Für die Salsa:

Tomaten in Stücke schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Die Peperoni der Länge nach halbieren, die Kerne entfernen und in sehr feine Würfel schneiden. Die Schale des Ingwers dünn abschaben, dann in Scheiben oder feine Würfel schneiden. Alle Zutaten zu den Tomaten geben und vermischen. Sojasoße, Olivenöl, Honig und den Saft der Limette dazugeben und vermengen. Die Limette lässt sich am einfachsten entsaften, indem man sie längs in Spalten schneidet. Salsa etwas ziehen lassen.

Anrichten:

Sesam in einer Pfanne rösten. Das Fleisch in Koteletts schneiden und etwas gerösteten Sesam und einige Korianderblätter darüber streuen. Die Süßkartoffelhälften der Länge nach einschneiden und etwas auseinanderdrücken. Tomatensalsa auf die Süßkartoffeln geben und mit dem Fleisch servieren.

Tarik Rose am 01. August 2025