



# Eintopf mit Schweinenacken

 Dauer  
30 min.

 Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Schweinenackensteaks	600	g
Kartoffeln, vorw. festk.	700	g
Karotten	4	St.
Pastinaken	2	St.
Zwiebeln, gelb	1	St.
Lauch	1	St.
Butter	2	EL
Salz		
Pfeffer, schwarz		
Geflügelbrühe	1.5	L
Lorbeerblätter, getrocknet	1	St.
Petersilie, frisch	20	g

## Zubereitung

Schweinenacken waschen, trocken tupfen und würfeln. Kartoffeln waschen, schälen und würfeln. Karotten und Pastinaken ebenfalls waschen, schälen und in Scheiben schneiden. Zwiebel halbieren, schälen und würfeln. Porree halbieren, in Streifen schneiden und in einem Sieb gründlich waschen.

In einem Topf Butter auf hoher Stufe erhitzen und Schweinenacken darin ca. 3 Min. kross anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und restliches Gemüse außer den Porree in den Topf geben. Ebenfalls ca. 2 Min. anbraten und mit Brühe auffüllen. Lorbeerblatt zugeben und bei mittlerer Stufe ca. 15 Min. gar köcheln. Nach ca. 12 Min. Porree in den Topf geben.

Petersilie waschen, trocken schütteln, grobe Stiele entfernen und fein hacken. Lorbeerblatt aus der Suppe nehmen, abschmecken und in Schälchen verteilt servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	601 kcal		
Kohlenhydrate	67 g	Ballaststoffe	12 g
Eiweiß	42 g	Fette	20 g