

## Schweinsbraten mit Kressebutter



 für 4 Personen

 ca. 30 Min.

### Zutaten

#### Marinade

- 1 EL **Kräutersenf**
- 1 EL **Zitronensaft**
- 2 EL **Öl**
- wenig **Pfeffer** aus der Mühle
- 2 EL **Kresse**, fein gehackt

---

800 g **Schweinsnierstück** am Stück

---

0.5 TL **Salz**

---

**Bratbutter** zum Anbraten

#### Kressebutter

- 75 g **Butter**, weich
- 25 g **Kresse**, fein gehackt
- 0.25 TL **Salz**
- wenig **Pfeffer**

### ZUBEREITUNG

#### Marinade

1. Alle Zutaten für die Marinade gut verrühren.

2. Fleisch in Tiefkühlbeutel legen, Marinade dazugießen, alle Luft herausdrücken, Beutel satt am Fleisch verschliessen. Das Ganze sorgfältig kneten, bis das Fleisch gleichmässig mit Marinade bedeckt ist. Im Kühlschrank ca. 12 Std. marinieren.

3. Fleisch ca. 1 Std. vor dem Braten herausnehmen. Marinade abstreifen, Fleisch salzen.

4. Ofen auf 80 Grad vorheizen, Platte vorwärmen. Bratbutter in einer Bratpfanne heiss werden lassen. Hitze reduzieren, Fleisch rundum ca. 10 Min. anbraten, erst wenden, wenn sich eine Kruste gebildet hat, auf die vorgewärmte Platte legen, Fleischthermometer an der dicksten Stelle einstecken.

Niedergaren: ca. 3 Std. in der Mitte des auf 80 Grad vorgeheizten Ofens. Die Kerntemperatur soll ca. 60–65 Grad betragen. Das Nierstück kann anschliessend bei 60 Grad bis zu 1 Std. warm gehalten werden.

#### Kressebutter

Alle Zutaten für die Butter gut verrühren, bis zum Servieren bei Raumtemperatur zugedeckt stehen lassen.

### Service

#### Nährwert pro Person

26 g Fett  
45 g Eiweiss  
0 g Kohlenhydrate  
1735 kJ (414 kcal)