

# Mittelalter Explorer Rezepte Zand 9 Schwein





# Inhaltsverzeichnis

Fleischbällchen	2
Geblümte Fleischklößchen	2
Gefüllte Schweinelende	3
Gefülltes Spanferkel 1	4
Gefülltes Spanferkel 2	6
Gefülltes Spanferkel 3	8
Goldene Schweinehackbällchen	10
Kleine Igel	11
Hackfleischbällchen in Mandelmilch	11
Räucherbraten mit Kraut	12
Rotkohleintopf mit Schweinefleisch	13
Schwein in Biersoße	14
Schwein in Honig und Essig	15
Schweinebraten	16
Schweinebraten mit Kreuzkümmel	17
Schweinebraten mit Granatapfelsoße	17
Schweinebraten mit Heidelbeersoße	18
Schweinefleisch in Würzwein	19
Cormary (Schweinelende in Rotwein)	20
Schweinefleisch mit Apfel-Salbei-Soße	21
Schweinefleisch mit Äpfeln	22
Schweinefleisch mit Orangen und Zwiebeln	
Schweinefleischragout	24
Schweinekrustenbraten	25
Schweinemedaillons in Dunkelbiersoße	25
Schweinetopf mit Rotwein und Orangen	26
Spanferkelkeule	27



# Fleischbällchen

Italien, 16. Jhd.

#### Zutaten

500g Schweinehack
250g geriebener Käse (Parmesan, Asagio, Romano)
2 EL Butter
1 EL feingehackter Petersil
1 EL feingehackte Minze
1 EL feingehackter Majoran
Pfeffer, geriebener Ingwer, gemahlene Nelken
1/21 Rinderbouillon
6-8 Fäden Safran

#### Zubereitung

Schweinehack, Käse, Butter, Kräuter und Gewürze gut vermischen
Bällchen in der Größe von Golfbällen formen
Bei 160°C backen, bis sie durch sind (~20 min)
Herausnehmen, Brühe, Safran und Saft aus der Backpfanne mischen und die Bällchen darin kurz kochen
Fleischbällchen herausnehmen und Brühe um die Hälfte reduzieren
Über die Fleischbällchen gießen, noch etwas Käse, Ingwer und Nelken darüber streuen

Platina, 7.50

# Beblümte Fleischklößchen

England, 14. Jhd.

25 Personen

#### Zutaten

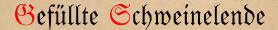
2500g mageres Schweinefleisch

2l Rinderbrühe
300g gemahlene Mandeln
2 EL Stärke
2 EL Korinthen
½ TL Muskatblüte
¼ TL gemahlene Nelken
Salz, Pfeffer
Öl zum Braten
Zucker, gemahlene Muskatblüte und Blumen zum Garnieren

### **Zubereitung**

Schweinefleisch in der Brühe kochen
Herausnehmen, Brühe aufbewahren
Mandelmilch (siehe Grundrezepte) mit ½l Wasser oder
Wasser-Wein-Gemisch herstellen
Fleisch mit den Korinthen im Mixer zerkleinern, Gewürze
hinzugeben
Aus der Masse Bällchen formen und diese in Fett hellbraun
braten
Abkühlen lassen
Die cremige Mandelmilch über die Klöße geben, so dass sie
komplett umschlossen werden
Zum Garnieren mit Zucker und Muskatblume bestreuen und
mit den Blüten verzieren

Curye on Inglysch, 1395



8 Portionen

#### Zutaten

1½kg Schweinelende, ein rechteckiges, flaches Stück 200g Pinienkerne Olivenöl 1 Knoblauchknolle 200g gemischtes Hackfleisch 1 verschlagenes Ei 1⁄4 TL Pfeffer 1 Prise Thymian
1 großzügige Prise Muskat
1 EL Petersil
175ml Sherry Fino
60g Schinken in Streifen
1 geschnittene Zwiebel
4 Lorbeerblätter

### Zubereitung

Pinienkerne in wenig Olivenöl goldbraun rösten, die Hälfte mörsern

Die gemörserten Pinienkerne mit 2 zerdrückten
Knoblauchzehen, Hackfleisch, Ei, Pfeffer, Muskat, Thymian
und 2 EL Sherry vermischen
Auf die Mitte des Fleischstücks geben, ausbreiten
Den Schinken und die restlichen Pinienkerne draufgeben
Fleisch über der Füllung zusammenfalten, zusammenbinden
In Olivenöl leicht anbräunen
Zwiebel zugeben, weiter bräunen
Den restlichen Knoblauch, Lorbeerblätter und den restlichen
Sherry zugeben, Topf schließen
1-2 Stunden simmern, dabei gelegentlich umdrehen, bis es gar

Warm oder kalt auftragen

Shire of Vanished Wood Cooking Guild, SCA

# Gefülltes Spanferkel 1

Deutschland, 14. Jhd.

4 Personen

ist

#### Zutaten

## **Pfannkuchenteig**

400g Mehl 1l Milch 8 Eier 2 Msp Salz 100g Butter oder Schmalz zum Ausbacken

#### Ferkel und Fülle

1 Spanferkel
Leber des Spanferkels oder 100g Kalbsleber
100g von Spanferkelfleisch
1/4l Fleischbrühe
1 Zwiebel
1 EL gehackte Petersilie
100g durchwachsener Speck
2 Milchbrötchen
1 Prise Muskatnuss
Salz, Pfeffer
Saft 1/2 Zitrone
3 Eier
150g Butter zum Begießen
4 kräftige Holzstöckchen von der Länge der Ferkelbeine

### Zubereitung

Das Spanferkel vom Metzger fachgerecht ausnehmen und entbeinen lassen, dabei darauf achten, dass die Klauen erhalten bleiben.

Für die Fülle 100g Spanferkelfleisch in feine Würfel schneiden und in der Fleischbrühe 20 min kochen

Unterdessen die Zwiebel schälen und fein würfeln, die Brötchen in Wasser einweichen und ausdrücken; den durchwachsenen Speck würfeln, auslassen und die Ferkel- oder Kalbsleber darin anbraten, die Zwiebelwürfel und das gewürfelte, gekochte Fleisch hinzufügen Die Leber zerdrücken

Petersilie, den Zitronensaft und die zerrupften Brötchen hinzugeben

Kräftig mit Pfeffer und Salz und vorsichtig mit Muskatnuss abschmecken

Die Eier hinzufügen und mit der Fülle stocken lassen Die Farce in das Spanferkel füllen, allerdings nicht zu voll, damit es beim Braten nicht aufplatzt Das Ferkel zunähen In einem großen Bräter 3l Wasser mit 1 EL Salz zum Kochen bringen; herunterschalten, das Spanferkel hineingeben und bei geringer Hitze gut 1 Stunde garen

Unterdessen den Backofen auf 210°C vorheizen

Das Spanferkel aus dem Sud nehmen, trockentupfen und auf einem Rost, den man auf die Saftpfanne legt, auf der 2.

Schiebeleiste von unten in den Backofen schieben

~60 min braten; dabei zwischendurch mehrfach mit flüssiger Butter übergießen

Unterdessen kurz von Ende der Bratzeit aus Mehl, Milch, Eiern und Salz einen Pfannkuchenteig herstellen und in heißer Butter dünne Pfannkuchen ausbacken

Das Ferkel mit Hilfe der Holzstücke auf einem großen Holzbrett aufstellen, das Holzbrett und das Ferkel mit den Pfannkuchen bedecken, dabei für die Ohren und die Augenöffnungen Löcher hineinschneiden Sofort auftragen

Dazu passen Agraz, Schwallenbergs Soße, Soße zu roten Hühnern, Soße zu weißen Hühnern oder Weichselkirschensoße II (siehe Tunken)

Das buoch von guoter spîse (8), 1345/52, zit. in: Ehlert, Kochbuch

# Gefülltes Spanferkel 2

Frankreich, 14. Jhd.

4 Portionen

#### Zutaten

1 kleines Schwein, ausgenommen, aber mit Innereien

1 schöner Schweinekamm

450g gekochter Schinken

50 Kastanien

25 Eier

800g Parmesan Grana oder alter Comte

1 EL Ingwerpulver

3 Msp. Safranfäden

Den Schweinekamm und die Innereien des Ferkels (also Leber, Herz, Milz, Nieren, Lunge) in Salzwasser auf kleiner Flamme aufkochen lassen und danach etwa 1 Stunde kochen Die Leber nach 20 min herausnehmen, denn sie darf nicht zu lange garen

Die Kastanien in Wasser kochen und in einem anderen Topf 4/5 der Eier hartkochen

Die Eier und die Kastanien schälen

Das Ferkel mit einem sauberen Tuch reinigen, um die restlichen Borsten, Blutspuren oder andere Verunreinigungen zu entfernen

Das Innere großzügig salzen und so lange ruhen lassen, wie die Füllung zubereitet wird

Kamm und Innereien, wenn sie gar sind, sorgfältig abtropfen lassen und in den Mixer geben

Den Schinken ebenfalls kleinhacken und untermischen Die harten Eigelb und die Kastanien zerdrücken

Der Fleischfüllung zugeben

Den Käse reiben und gleichfalls zugeben

Wenn die Füllung zu fest ist, mit einigen rohen Eigelb geschmeidiger machen

Großzügig salzen und Ingwerpulver und Safranfäden zugeben Die Füllung kosten und mit Salz oder Ingwerpulver nachwürzen

Um besser ihren Geschmack einschätzen zu können, eine kleine Kugel davon in einer Pfanne anbraten

Das Innere des Ferkels abtupfen und wenn nötig noch einmal salzen

Die Bauchöffnung zu zwei Dritteln mit einer Nadel und Küchengarn zunähen

Die Füllung durch das noch vorhandene Loch stopfen, und wenn das Schwein voll ist, abschließend zunähen, ohne die kleinste Öffnung übrig zu lassen

Das Schwein aufrecht, die Beine unter dem Körper zusammengebunden, auf ein Backblech legen

Die Ohren mit Alufolie umwickeln, damit sie nicht verbrennen. 2½-3 Stunden bei mittlerer Hitze (200°C) im Ofen braten und die Bräunung überwachen.

Das Ferkel ist gar, wenn es eine schöne goldbraune Farbe hat

## Im Winter mit Gelber Pfeffersoße (siehe Tunken) auftragen, im Sommer mit einer Kamelin-Soße (siehe Tunken)

### Einige Erläuterungen

Ein echtes Spanferkel ist nur etwa 2 Wochen alt und wiegt nicht mehr als ungefähr 4 Kilo. Das Ferkel aus diesem Rezept war wahrscheinlich viel älter und viel größer, wenn man nach der Menge der benötigten Füllung geht. Man wird die sorgfältige Zubereitung bemerkt haben. Das Tier darf nicht am Bauch der ganzen Länge nach aufgeschlitzt werden, sondern man muss es durch eine ganz kleine Öffnung, die man in die Seite macht, ausnehmen und füllen. Welche Geschicklichkeit man damals vom Koch verlangte! Die hier vorgeschlagene Bearbeitung ist auf ein Schwein von etwa 6 Kilo abgestimmt und muss je nach der Größe des zu bratenden Tieres geändert werden. Um aber dieses Rezept originalgetreu nachkochen zu können, müsste man wahrscheinlich eine eigene Schweinezucht besitzen oder einen fähigen Züchter unter seinen Freunden haben. Denn in dem Ferkel, das man beim Metzger kauft, klafft meistens ein riesiges Loch, und die Innereien sind entfernt. Daher sollte man es vorbestellen und deutlich machen, dass man auch die Lunge, die Leber, die Milz, das Herz und die Nieren des Tieres möchte. Ansonsten sollte es genügen, wenn man es sorgfältig vernäht, um seine Füllung einzuschließen, bevor es gebraten wird.

Menagier de Paris, 1395, aus: Redon, Kochkunst

# Gefülltes Spanferkel 3

Frankreich, 14. Jhd.

10 Portionen

#### Zutaten

1 Spanferkel (~10-12kg)4kg Schweinebraten (ohne Fett und Knochen)750g Schweineleber24 hartgekochte Eidotter

1kg Brie
500g Kastanien, geschält und gebacken
je 2 EL Salz, Pfeffer
je 1 EL Ingwer, Nelken, Zucker
500ml Olivenöl
500ml Rotweinessig
1/4 TL Salz
Metzgernadel und Faden

### Zubereitung

Den Schweinebraten in kleine Stücke schneiden, braten oder kochen, bis das Fleisch ganz durch ist (wenn kochen, etwas Salz und Pfeffer zum Wasser geben, nach dem Kochen gut abgießen und die Brühe für spätere Verwendung aufheben) Wenn das Fleisch abgekühlt ist, feinhacken Ebenso mit der Leber verfahren Kastanien wolfen, den Brie sehr fein würfeln Fleisch, Leber, gehackte Eidotter, Brie, Kastanien und Gewürze gut vermischen

Wenn die Mischung zu trocken ist, etwas Brühe zugeben; abschmecken

Das Ferkel mit der Mischung füllen und zunähen Auf ein Backblech geben; Ohren, Schnauze und Schwanz mit Alufolie umwickeln

Soll das Maul offenstehen, mit einem Holzstück offenhalten Ofen auf 200°C vorheizen

Öl, Essig und Salz zum Simmern bringen, das Ferkel damit gründlich einreiben

Das Ferkel in den Ofen geben und 3½-4 Stunden braten, dabei alle 15 min einreiben

Mit einem Fleischthermometer die Temperatur im Inneren des Bratens messen; sie muss über 80°C liegen

Wenn der Braten fertig ist, aus dem Ofen nehmen, Alufolie und Holz entfernen, auf eine große, garnierte Platte geben Das ganze Ferkel den glücklichen Gästen vorführen, dann zerlegen und verteilen

Dazu Gelbe Pfeffersoße oder Kamelinsoße (siehe Tunken, letztere laut Rezept für "Faule Leute")

Le Viandier de Taillevent; Scully, Le Viandier de Taillevent; Gode Cookery

# Boldene Schweinehackbällchen

England, 14. Jhd.

#### Zutaten

500g Schweinehack
2 TL Poudre Forte (siehe Gewürze)
4-6 Safranfäden
1/8 TL Salz
1/4 Tasse Rosinen
4 Eiweiß
1 EL feingehackter Petersil
2 EL Mehl

### Zubereitung

Schweinehack mit Poudre Forte, Safran, Salz und Rosinen vermischen, in Bällchen rollen In leicht geschlagenes Eiweiß tauchen und in kochendes Wasser geben, garen Herausnehmen; Eiweiß mit Mehl und Petersil vermischen, damit die Fleischbällchen überziehen und über offener Flamme rösten, bis sie goldgelb sind Man kann den Safran auch, um eine schönere Farbe zu erhalten, in die Eier-Mehl-Mischung geben

Hieatt, Constance B.; Hosington, Brenda; and Butler, Sharon: Pleyn Delit (137)

# Kleine Igel

England, 15. Jhd.

#### Zutaten

750g Schweinehack (kein Wurstbrät!)
1½ TL Ingwer
1½ TL Zucker
1 TL Salz
etwas Pfeffer
Gestiftelte Mandeln

### Zubereitung

Schweinefleisch und Gewürze vermischen, daraus Bällchen von ~5cm Durchmesser formen, diesen Bällchen Igelform geben Die Mandelnstifte als Stacheln einstecken (~6-8 pro Igel) Ein Backblech mit Backpapier abdecken, die Igel draufgeben, bei 180°C ~30 min backen, bis sie mittelbraun und durch sind Auf Papierservietten abtropfen lassen und auftragen

Harleian MS 279, c. 1420; Shire of Castlemere Cooks [Das Shire of Castlemere hat seine Webseite leider komplett neu organisiert, und die Kochgilde ist – z.Zt. - nicht mehr zu finden; s. Shire of Castlemere], SCA

Hackfleischbällchen in Mandelmilch

120 Portionen

#### Zutaten

2 Tassen fein gemahlene Mandeln
1¼l Hühnerbrühe
60ml Weißwein (Zinfandel)
2 Tassen Zucker
3 EL Salz
10kg Schweineschulter oder -lende, nicht zu mager

20 Eier

1 EL gemahlener Pfeffer

2 Tassen gesiebtes Mehl

Öl

10 Brötchen vom Vortag (nach originalem Rezept nicht, aber dann zerfallen die Bällchen und halten nicht zusammen)

### Zubereitung

Aus den Mandeln, der Hühnerbrühe und dem Weißwein eine Mandelmilch (siehe Grundrezepte) bereiten Schweinefleisch kochen und fein wolfen, 16 Eier, 2 EL Salz und den Pfeffer sowie die Brötchen (vorher eingeweicht und gut ausgedrückt) zugeben

Gut vermischen und Bällchen (~2½ cm Ø oder größer je nach Belieben, dadurch ändert sich natürlich die Portionenanzahl) daraus formen

Die restlichen Eier mit dem Mehl verschlagen und daraus einen dicken Teig bereiten

Die Bällchen durch den Teig ziehen und im heißen Öl frittieren Die Mandelmilch, den Zucker und das restliche Salz (1 EL) vermischen und kochen, bis sich der Zucker aufgelöst hat und die Mischung etwas reduziert

Die Hackfleischbällchen in Schüsseln geben, die heiße Soße dazu oder darüber, und auftragen

# Räucherbraten mit Kraut

#### Zutaten

1kg mildes Pökelfleisch (Schweinekamm) 2 Knoblauchzehen je 6 Wacholderbeeren und Pfefferkörner Kümmel, Rosmarin, Salz ungespritztes Tannenreisig zum Räuchern Holzkohle

Das Fleisch mit den geviertelten Knoblauchzehen spicken und mit den im Mörser zerstoßenen Gewürzen kräftig einreiben Das zerkleinerte Tannenreisig im Grill entzünden, den Braten auf den Spieß stecken, 30 min über dem Reisigfeuer leicht räuchern

Die Holzkohle aufschütten und den Braten bei voller Hitze noch gut 30 min braten lassen

Dazu Sauerkraut (siehe Gemüse) und Steinbrot (siehe Brotrezepte)

Pratem von swine mit gebassenes, aus: Fahrenkamp, Mannsbild

Rotkohleintopf mit Schweinefleisch

4 Personen

#### Zutaten

1kg Schweinefleisch (mager)
250g Speck
1 kleiner Rotkohl, oder 2 Gläser
250g Käse (gerieben)
8 kleine Zwiebeln
1 großer Apfel
1l Milch
Schmalz
Pfeffer
Salz

## Zubereitung

Die Zwiebeln, den Speck und den Apfel würfeln Das Fleisch in mundgerechte Stücke schneiden Etwas Fett in einem großen Topf zerlassen Falls der Speck gut durchwachsen ist, sollte kein zusätzliches Fett mehr nötig sein Den Speck und die Zwiebeln in dem Fett anbraten, die Apfelstücken dazugeben und einige Minuten später das Fleisch hinzugeben und bräunen lassen

Die Hitze etwas reduzieren und nach und nach Milch angießen Den Rotkohl in feine Streifen schneiden und nach ~10 min mit in den Topf geben

Gut umrühren

Weiter nach und nach die restliche Milch einrühren Immer bei dem Topf bleiben und gut umrühren, da der Eintopf durch die Milch leicht anbrennt

Den Eintopf für ~20 min garen, dabei eventuell noch mit etwas Milch ergänzen falls er zu dickflüssig werden sollte Zum Schluss den geriebenen Käse unterrühren bis er ganz in der Flüssigkeit verschwunden ist (keine Fäden mehr zieht)

Dazu frisch gebackenes Brot.

# Schwein in Biersoße

England, 15. Jhd.

#### Zutaten

1½kg Schweinebraten

2 Zwiebeln

2 Tassen (500ml) Rinderbrühe

1/2 TL Pfeffer

1/2 TL Zimt

1/4 TL Macis (Muskatblüte)

1 Prise Nelken

1 Tasse Brotkrumen

3 EL Apfelweinessig

1 Tasse (225ml) helles Bier (Ale)

1 TL Salz

2 EL Olivenöl

# Zubereitung

Schweinebraten salzen und pfeffern, halb gar grillen Zwiebeln grob hacken, in Olivenöl andünsten Schweinebraten in Scheiben schneiden, mit der Brühe und den Gewürzen zu den Zwiebeln geben ~20 min kochen
Brotkrumen, Essig und Bier vermischen, ruhen lassen
1 Tasse aus der Kochflüssigkeit entnehmen, zur Essig-Bier-Mischung geben, gut einrühren
Zum Schwein geben, mit Salz abschmecken
Weitere 10 min unter gelegentlichem Umrühren kochen
Wenn man will, Schwein herausnehmen, warmstellen, und
Soße noch etwas reduzieren

Two Fifteenth Century Cookbooks; Serena da Rida, SCA

Schwein in Honig und Essig

Angelsächsisch, 5. Jhd.

#### Zutaten

500g Schweinefleisch, gewürfelt 250g Honig 250ml Weinessig 3 Knoblauchknollen 6 Zwiebeln 6 Pastinaken 12 Karotten 500g Erbsen

## Zubereitung

Fleisch in Fett (Butter oder Öl) anbräunen, Essig, Honig und den Knoblauch in ganzen Zehen sowie Kräuter der Saison und Pfeffer und Salz nach Geschmack zugeben Simmern lassen, bis alles sehr weich ist (~3-4 Stunden)

# Schweinebraten

Deutschland, 16. Jhd.

6 Personen

#### Zutaten

900g Schweinebraten 70g Butter 400g Äpfel (Boskoop) 2-3-El Essig 70g Rosinen 1 TL Ingwer Pfeffer, Salz 1 Bund Suppengrün

# Zubereitung

Das Fleisch würzen
Suppengemüse putzen und fein würfeln
Die Äpfel schälen, entkernen und in feine Streifen schneiden
Das Fleisch kräftig anbraten und die Hälfte der Äpfel
hinzugeben
Mit Wagger auffüllen und 24 der Reginen hinzufügen

Mit Wasser auffüllen und ¾ der Rosinen hinzufügen ~1½-2 Stunden schmoren lassen, dann das Fleisch herausnehmen

Den Fond mit dem Gemüse passieren, mit Essig und Ingwer abschmecken, eventuell andicken, dann die restlichen Apfelscheiben und Rosinen hinzufügen

Frantz de Rontzier: Kunstbuch von mancherley Essen (4), 1598

# Schweinebraten mit Kreuzkümmel

Rom, Antike

#### Zutaten

1½kg Schweinebraten
2-3 EL Kumin (Kreuzkümmel)
2 TL Pfeffer
4-6 EL Honig
1⁄4l Hühnerbrühe
3-4 EL kräftiger Rotwein
50-100ml lieblicher Weißwein (Rheinwein)

### Zubereitung

Schweinebraten mit Kumin und Salz einreiben, im geschlossenen Bräter 1½-2 Stunden bei 180°C braten, warmstellen Den Bratensatz mit der Brühe loskochen, Honig und Wein zugeben, abschmecken Braten in dünne Scheiben schneiden, Soße darüber geben, im Ofen aufwärmen, auftragen

# Schweinebraten mit Branatapfelsoße

#### Zutaten

1½kg Schweinebraten
Salz, Pfeffer
Zerdrückter Knoblauch
Zibeben, Majoran, Thymian
2 Tassen (450ml) Rinderbrühe
½ Tasse (125 ml) Granatapfelsaft (wenn nicht erhältlich, ungesüßten Kirschsaft verwenden)
½ Tasse (125ml) trockener Rotwein
1 Tasse Granatapfelkerne
Krumen von frischem Brot
Ofen auf 230°C vorheizen

Braten in einen Bräter geben, großzügig mit den Gewürzen besprenkeln

In den Ofen geben, Hitze auf 160°C verringern, ~1½ Stunden braten

Auf hoher Flamme Brühe, Saft, Wein und die Hälfte der Granatapfelkerne mischen

Um 1/3 reduzieren, mit Brotkrumen andicken Restliche Granatapfelkerne kurz vor dem Auftragen zugeben

Shire of Vanished Wood Cooking Guild, SCA

# Schweinebraten mit Heidelbeersoße

Skandinavien

8 Personen

#### Zutaten

2kg frisches Schweinefleisch (z.B. Schinkenbraten)

1 EL Butter oder Schweinefett

2 Zwiebeln

2-3 Karotten

1 Stück Ingwer

4 EL Honig

Prise Pfeffer

Prise Salz

200ml Gemüsebrühe

#### Für die Soße:

500ml Fleischfond vom Braten 200ml Sahne 200ml Heidelbeeren (Frisch oder aus dem Glas) 1 EL gehackter Ingwer Prise Salz + Pfeffer

# Zubereitung

Das Fleisch in einem großen Topf rundherum gut anbraten, so dass es schön gebräunt ist

Die Zwiebeln in Ringe, die Karotten in Scheiben und den Ingwer in Würfel schneiden

Das Gemüse mit dem Honig und der Brühe in den Topf geben und zugedeckt auf kleiner Flamme für ~1 Stunde garen Nach einer Stunde das Fleisch etwas anschneiden, um zu sehen ob es schon gut ist, das ist ja immer so eine Sache mit der Hitze über dem Feuer.

Den Fleischfond abgießen und evtl. mit etwas Brühe ergänzen, so dass man 500ml Fond für die Soße hat
Die Sahne hinzufügen und aufkochen lassen
Nach und nach die Heidelbeeren dazugeben
Die Soße etwas reduzieren, damit sie etwas dickflüssiger wird.
Im Zweifelsfall kann man die Soße auch mit Mehl abbinden
Mit dem gehackten Ingwer und dem Salz und Pfeffer würzen.
Das Fleisch in Scheiben schneiden und kurz mit in die Soße geben.

Dazu Bohnenmus (siehe Gemüse) und selbstgebackenes Pfannenbrot (siehe Brotrezepte).

Aus: Bloch-Nakkerud, Wikinger Kochbuch

# Schweinefleisch in Würzwein

England, 14. Jhd.

6 Personen

#### Zutaten

1,8 kg Schweinefleisch - Lendenstück (wenn zu teuer dann ordinärer Schweinebraten) 1½ TL gemahlener Koriander 1 TL gemahlener Kümmel 1 große Knoblauchzehe, zerdrückt mit Salz

1/2 TL frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 TL Salz

1 Flasche Rotwein 225ml Hühnerbrühe

Koriander, Kümmel, Knoblauch und Salz in den Wein geben Das Fleisch in dem Wein etwa einen halben Tag einlegen; vorher einige Male mit dem Messer anstechen Den Ofen auf ~220°C vorheizen

Das Fleisch entweder in Alufolie einwickeln (dabei etwas von dem Wein mit hinein geben), oder in einem Bräter etwa die Hälfte des Weines mit Brühe vermengt über das Fleisch geben Regelmäßig mit dem verbliebenen Wein/der Brühe übergießen Falls das Fleisch zu braun wird mit Folie abdecken Die Garzeit beträgt ~2 Stunden; nach ~15 min die Hitze auf 180°C reduzieren

Wenn das Fleisch gar ist, aus dem Bräter nehmen und ruhen lassen

In der Zwischenzeit aus dem Fond eine Soße herstellen (eigentlich als Bindung Brot benutzen) kann aber auch mit Mehl abgebunden werden

#### Dazu Brot.

Auch kann man den Braten (wie gehabt) prima mitnehmen und kalt essen.

Curye on Inglysch (p. 109), Forme of Cury (54), aus: Black, Küchengeheimnisse

Cormary (Schweinelende in Rotwein)

England, 14. Jhd.

#### Zutaten

1 Schweinebraten von 1½ kg oder ½ Schweinelende ¼l guter Rotwein 100 ml Bouillon 4 schöne Knoblauchzehen, zerstoßen 1 TL gemahlener Koriander 1 TL gemahlener Kreuzkümmel oder Kümmel ½ TL gemahlener Pfeffer Salz

Eine Marinade zubereiten, indem man den Wein, den Knoblauch, den Koriander, den Kümmel und den Pfeffer mischt

Das Fleisch mit einer Gabel oder einem Messer einstechen; salzen

Den Braten in die Marinade legen (man kann ihn mehrere Stunden oder, wenn man will, sogar eine ganze Nacht marinieren)

Im Ofen ~1½ Stunden braten, dabei häufig übergießen Das Fleisch aus der Sauce nehmen, wenn es gar ist, und warm halten

Den Bratensaft erhitzen und die Bouillon zugeben Aufkochen lassen und mit dem Fleisch servieren.

Als Braten ist auch Lammbraten sehr gut geeignet. Sehr ungewöhnlich ist das Anstechen des Bratens. Allerdings kann so die Marinade besser einziehen.

Fc HB109 (Original wie oben)

Schweinefleisch mit Apfel-Salbei-Soße

England, 16. Jhd.

#### Zutaten

Butter

2 Zweige frischer Salbei

3 Äpfel, entkernt, geschält, in Scheiben (Granny Smith) 1kg Schweinebraten (Lende, ohne Knochen) Salz

2 EL Cider-Essig oder Apfel Cider 100ml Apfelsaft 1/4 Tasse Korinthen Ofen auf 180°C vorheizen

Zubereitung

Bratform mit etwas Butter einfetten

Einige Salbeiblätter hacken (~ 1 TL) und mit den Apfelscheiben vermischen

Apfelscheiben in die Bratform geben

Den Schweinebraten auf die Apfelscheiben legen, etwas salzen,

~2 Stunden braten lassen

Inzwischen den Essig mit dem Apfelsaft vermischen

Zum Kochen bringen, die Korinthen zugeben

Topf schließen und vom Feuer nehmen

Schweinebraten herausnehmen und warmstellen

Die Apfelsaft-Essig-Rosinenmischung in die Bratform geben

Gut umrühren, bis die Apfel etwas zermanscht sind

Schweinebraten anschneiden und mit der Soße auftragen

Gervase Markham, The English Huswife; Baronessa Ilaria Francesca Aldobrandini (Shire of Castlemere; s. Shire of Castlemere], SCA)

# Schweinefleisch mit Upfeln

4 Personen

#### Zutaten

400g frisches Schweinefleisch 1 EL Butter oder Schweinefett 2 Zwiebeln 2-3 Äpfel Prise Pfeffer Prise Salz 3-4 ganze Nelken

# Zubereitung

Die Zwiebeln in Ringe schneiden, die Äpfel in Scheiben. das Schweinefleisch in Scheiben schneiden und in der Pfanne mit der Butter/dem Fett braten; regelmäßig wenden. Je länger man das Fleisch brät, desto knuspriger wird es Fleisch aus der Pfanne nehmen und die Zwiebeln und die Äpfel in dem Bratfett anbraten bis sie weich werden Das Schweinefleisch zusammen mit den Zwiebeln/Äpfeln in der Pfanne schichten und erhitzen

Die Nelken und das Salz und den Pfeffer dazugeben und noch einige Minuten erhitzen

Als Verfeinerung kann man auch noch einige Scheiben Speck oder Bacon zum Fleisch dazu geben

Den Speck dann auch möglichst lange braten, damit er schön knusprig wird

Diesen dann auch erst am Ende wieder mit dazu geben damit er auch knusprig bleibt.

Aus: Bloch-Nakkerud, Wikinger Kochbuch

# Schweinefleisch mit Drangen und Zwiebeln

England, 16. Jhd.

#### Zutaten

10 Schweinelenden von je ~3kg

1/2 kg Zwiebeln, gehackt

500g Butter

je 2 EL Salz, Pfeffer

11 Rotwein

Saft von 12 Orangen

4 Zitronen in Scheiben

1 Tasse sehr feine braune Brotkrumen

## Zubereitung

Zwiebeln in der Butter mit Salz und Pfeffer anschwitzen, Orangensaft und Wein zugeben, stehen lassen Fleisch in einem geschlossenen Bräter bei 180°C 1½ Stunden braten

Rotwein-Orangensaftmischung mit den Zwiebeln zugeben, 3 weitere Stunden braten

Flüssigkeit entfetten, Brotkrumen zugeben, bis die Soße andickt

Fleisch aufschneiden, mit den Zitronenscheiben auftragen, Soße getrennt dazu reichen

Gervase Markham, The English Huswife; Judith Carr (SCA); Gode Cookery

# Schweinefleischragout

Deutschland, 16. Jhd.

4 Portionen oder Burgkessel

#### Zutaten

500g Schweinebraten, frisch [3kg]
250g Schweinefleisch, gepökelt [2kg]
2 Zwiebeln [1kg]
½ l Rotwein zum Kochen [2l]
3 Scheiben Brot [10]
1-2 Äpfel [1kg]
Pfefferkörner, Zimt
Mandelspalten und Rosinen zum Bestreuen

In eckigen Klammern [] Mengen für den Burgkessel

### Zubereitung

Das Fleisch mit 1 Zwiebel und den Pfefferkörnern in dem Rotwein ~1½ Stunden weichkochen Fleisch herausnehmen und in kleine Stückchen schneiden Kochbrühe durchseihen Die restlichen Zwiebeln klein schneiden, das Brot würfeln, die

Äpfel schälen und in Stücke schneiden; alles in der Brühe weich kochen lassen

Danach pürieren und mit Pfeffer und Zimt mild abschmecken Fleisch hinzugeben und erhitzen

Eine Schale mit Mandelspalten und Rosinen zum Bestreuen reichen; außerdem Paradieskörner und Langen Pfeffer zum Nachwürzen bereitstellen

Dazu Brot nach Wahl (siehe Brotrezepte) oder Gebackene Zwiebeln und Bohnenmus II (beides siehe Gemüserezepte)

Marx Rumpoldt: Ein new Kochbuch, Mainz/Frankfurt a.M. 1581, aus: Lutz, Herrenspeis

# Schweinekrustenbraten

4 Portionen

#### Zutaten

2kg Braten aus der Schweinekeule mit Schwarte Nelken nach Geschmack Zimtstangen nach Geschmack Salz, Pfeffer 1l Honigmet 6 Äpfel, am besten Cox Orange

### Zubereitung

Den Schwartenbraten mit Nelken und Zimtstangen spicken, pfeffern und salzen und im Bräter scharf anbraten Wenn der Braten angebraten ist, mit dem Met langsam angießen und weitergaren Zehn Minuten vor Ende der Garzeit die mit dem Ausstecher entkernten Äpfel mit in den Bräter geben und das Ganze zu Ende garen

# Schweinemedaillons in Dunkelbiersoße

England, 15. Jhd.

#### Zutaten

4 Schweinelendenmedaillons, etwas dicker als 1cm 2 Zwiebeln, feingehackt

2 EL Olivenöl

1/41 dunkles Bier

1/41 Wasser

12-15 schwarze Pfefferkörner

1/2 Zimtstange

1/8 TL gemahlener Macis (Muskatblüte)

3 Nelken

1/4 TL Meersalz

- 1 TL geraspeltes Sandelholz
- 1 EL Weißweinessig
- 1 Tasse frische weiße Brotkrumen

Medaillons und Zwiebeln in Olivenöl anbraten
In der Zwischenzeit Pfefferkörner, Zimtstange, Nelken und
Sandelholz zerstoßen
Macis und Meersalz zugeben und nochmals gut vermischen
Gewürze zum Fleisch geben, bräunen lassen
Hitze reduzieren, simmern lassen
Brotkrumen, Bier, Wasser und Essig vermischen, zum Fleisch
geben
10 min zugedeckt simmern lassen

arleian ms 279; Austin, Two Fifteenth Century Cookbooks.

# Schweinetopf mit Rotwein und Orangen

6 Portionen

#### Zutaten

1kg Schweinesteaks (Schulter)
1 große Zwiebel
2 große Knoblauchzehen
3-4 EL Oliven- oder Sonnenblumenöl
1 gehäufter EL Mehl
je 1 TL Ingwer, Koriander
½ TL Zimt
1 Fenchelknolle (225-250g)
100g getrocknete Aprikosen, halbiert
¼ kräftiger Rotwein
1 EL klarer Honig
1 Rosmarinzweig
Saft ½ Orange
1 Streifen Orangenschale
Salz, frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

# Zubereitung

Ofen auf 150°C vorheizen

Fleisch von überschüssigem Fett befreien und grob würfeln 2 EL Öl in eine große Pfanne geben und die Fleischwürfel von allen Seiten kurz anbraten

In eine große Kasserolle geben

Zwiebel schälen, grob hacken, im restlichen Öl weich dünsten Den zerdrückten Knoblauch dazugeben, 1 min kochen lassen, Mehl, Koriander und Ingwer zugeben, gut verrühren Wein, Orangensaft, Orangenschale, Honig, Fenchel, Aprikosen, Rosmarin zugeben und zum Kochen bringen Über das Fleisch geben, 1½ Stunden sanft braten, nach der Hälfte der Zeit gut umrühren Kräftig mit Pfeffer und Salz abschmecken Orangenschale und Rosmarin entfernen, auftragen

# Spanferkelkeule

4-6 Personen; ~5-7 Stunden

#### Zutaten

1 Spanferkelkeule (~1kg)Salz, Pfeffer3-4 Knoblauchzehen1 Tasse WasserEvtl. etwas Schmalz

## Zubereitung

Die Keule säubern, abtrocknen, pfeffern, salzen, mit den halbierten Knoblauchzehen spicken und 4-6 Stunden stehen lassen

Grill bzw. Backofen (200°C, G:Stufe 3) vorheizen Die Keule an den Spieß stecken oder auf den Bratrost in den Backofen legen

Die Keule ~60 min braten, bis sie gut medium (gar, aber noch nicht ganz durchgebraten) ist. Nun mit der Salzwasserlösung - so viel Salz in das Wasser geben, bis es gesättigt ist - laufend einpinseln und noch 5 min braten lassen

Soll die Keule knuspriger sein, wird die Bratzeit um 10 min verlängert. Soll die Keule saftiger sein, muss sie öfter mit Schmalz eingerieben werden

Dazu verschiedene Sorten Senf, z.B. den Kräutersenf aus Dijon (siehe Tunken), Semmeltorte (siehe Mehlspeisen) und ein kühles Bier.

Aus: Fahrenkamp, Mannsbild

