



## Tillman's Rezept-Tipp

### **Nacknbraten im Salzbett**

Fleisch waschen und trocken tupfen. Mit etwas Pfeffer einreiben. Salz auf die Fettpfanne oder in einen Bräter streuen. Fleisch drauflegen. Im vorgeheizten Backofen, 175 Grad, 2-1/2 bis 3 Stunden knusprig braun braten. Blumenkohl in Röschen teilen. Karotten in Scheiben schneiden. Bohnen halbieren. Bohnen und Blumenkohl in kochendem Salzwasser ca. 15 Minuten garen. Möhren nach 5 Minuten zugeben und mitgaren. Zwiebeln schälen und fein würfeln. Fett erhitzen. Zwiebel darin glasig dünsten. Mit Mehl bestäuben und anschwitzen. Mit dem Wasser und der Milch ablöschen. Brühe einrühren und ca. 10. Minuten köcheln. Petersilie waschen, hacken und unterrühren. Mit Salz und Muskat abschmecken. Gemüse abgießen und in die Soße geben.

**Zutaten: 1 kg  
Schweinenacken, 1 kg Salz,  
1 kleiner Blumenkohl, 250 g  
Karotte(n), 1 große  
Zwiebel(n), 250 g Bohnen  
(Brechbohnen), 30 g Butter,  
30 g Mehl, 250 ml Milch, 250  
ml Wasser, 2 TL  
Gemüsebrühe, 1 Bund  
Petersilie, Pfeffer, weißen  
Muskat**

*Tillman's wünscht Ihnen „Guten Appetit“*

