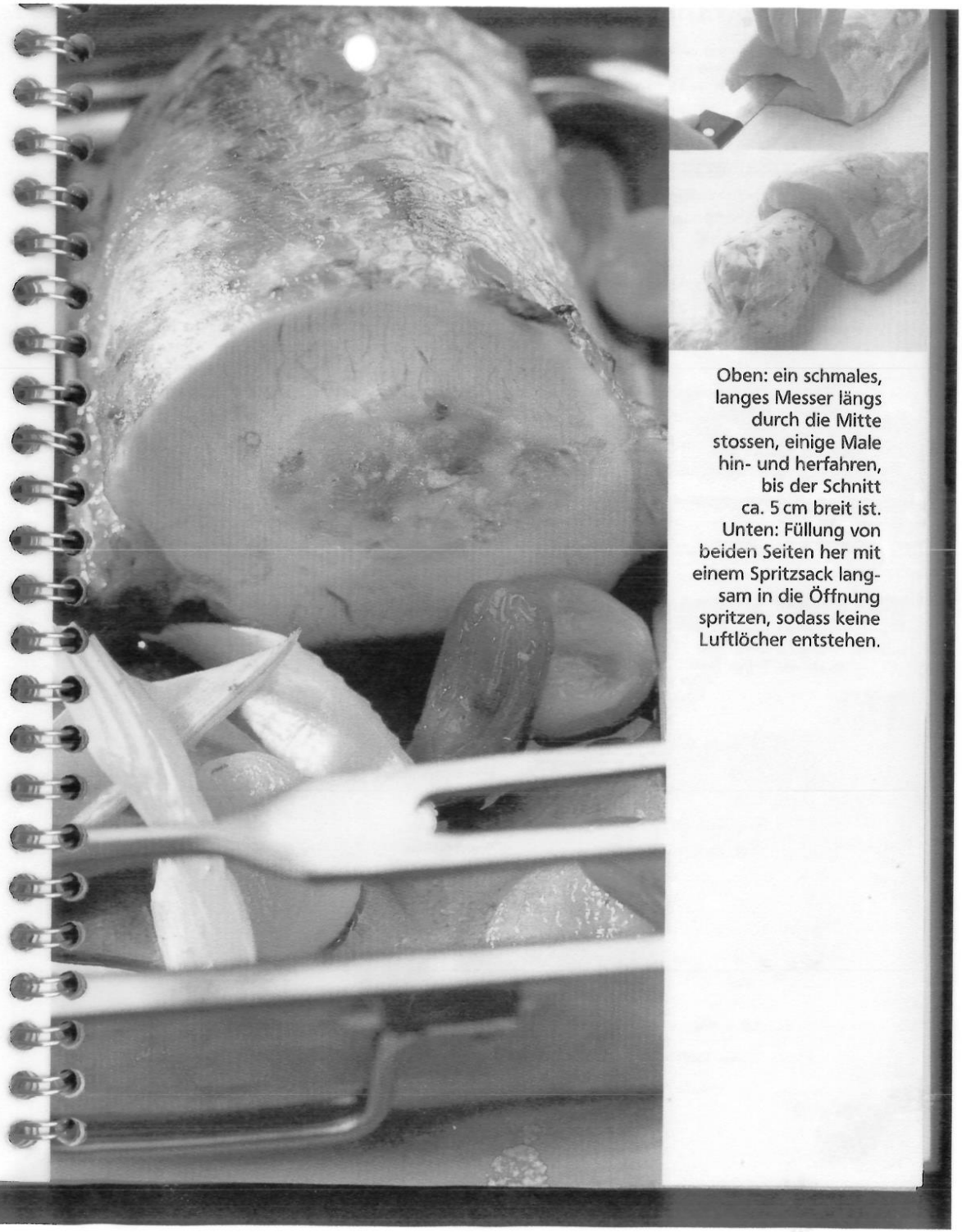
Gefülltes Schweinsnierstück

Vor- und zubereiten: ca. 40 Min.
Marinieren: ca. 6 Std.
Braten: ca. 45 Min.

800 g	**Schweinsnierstück**	zum Füllen vorbereiten (kleines Foto oben)
	Marinade	
2 Esslöffel	**Öl**	
1	**Knoblauchzehe,** gepresst	
1 Teelöffel	**Thymianblättchen,** gehackt	
½ Teelöffel	**Paprika**	
wenig	**Zimt**	
wenig	**Pfeffer aus der Mühle**	alles in einer Schüssel gut verrühren, Fleisch damit bestreichen, zugedeckt im Kühlschrank ca. 6 Std. marinieren
	Füllung	
150 g	**Kalbsbrät**	
50 g	**Stangensellerie,** in Würfeli	
50 g	**Dörraprikosen,** in Streifen	
25 g	**Datteln,** entsteint, in Streifen	
¼ Teelöffel	**Salz**	
1 Messerspitze	**Zimt**	alles in einer Schüssel gut mischen, Füllung in einen Spritzsack ohne Tülle geben, Fleisch von beiden Seiten her satt füllen (kleines Foto unten)
1 Teelöffel	**Salz,** wenig **Pfeffer**	würzen
2 Esslöffel	**Öl**	im Bratgeschirr in der unteren Hälfte des auf 240 Grad vorgeheizten Ofens heiss werden lassen, Fleisch beidseitig je 10 Min. anbraten, Hitze auf 180 Grad reduzieren
200 g	**Stangensellerie,** schräg in ca. 5 cm langen Stücken	
70 g	**Datteln**	
70 g	**Dörraprikosen**	alles beigeben
3 dl	**Fleischbouillon,** heiss	die Hälfte dazugiessen, Fleisch ca. 25 Min. weiterbraten, hin und wieder mit der restlichen Flüssigkeit übergiessen. Gesamtbratzeit: ca. 40 Min. Braten herausnehmen, vor dem Tranchieren zugedeckt ca. 10 Min. ruhen lassen. Sauce evtl. absieben, zum Braten servieren

Dazu passt: Kartoffelstock.

Pro Person: 21 g Fett, 56 g Eiweiss, 33 g Kohlenhydrate, 2301 kJ (550 kcal)



Oben: ein schmales, langes Messer längs durch die Mitte stossen, einige Male hin- und herfahren, bis der Schnitt ca. 5 cm breit ist. Unten: Füllung von beiden Seiten her mit einem Spritzsack langsam in die Öffnung spritzen, sodass keine Luftlöcher entstehen.