



Lauchbraten

Seminarbäuerin Elfriede Schachinger
aus Schlatt

Zutaten:

1,5 kg Schweinsschopf im Ganzen, 2 – 3 Stangen Lauch, 200 g Schinken, 200 g Gouda (oder anderen Käse), Salz, Pfeffer, Majoran, Öl zum Anbraten, Suppe zum Aufgießen

Zubereitung:

Fleisch zu einer rechteckigen Platte auseinander schneiden, mit Salz, Pfeffer und Majoran gut würzen.

Den Lauch in Ringe schneiden und kurz in etwas Fett anrösten – überkühlen lassen. Das Fleisch mit dem Schinken (ca. 2-3 mm dick schneiden) und den Käsescheiben belegen. Den Lauch darüber verteilen, fest einrollen und zusammenbinden.

Außen nochmals würzen, in heißem Öl rundherum anbraten und im Rohr ca. 2 Std. braten. Immer wieder mit Suppe aufgießen.

Zum Schluss das Fleisch aus der Pfanne nehmen, den Bratensaft mit Butterkugel (1 EL Butter mit 1 EL Mehl glatt rühren) binden. Das Fleisch einige Min. rasten lassen, bevor man es aufschneidet.

Dazu passt sehr gut: Kartoffel und in Butter geschwenktes Gemüse.

Einkaufsadressen:

Hier gibt's Milchprodukte, Käse Kuh*, Schaf**, Ziege***:

Familie Grabner*	Laiter 4	4894 Oberhofen	06213/ 8380
Familie Innerlohninger*	Radau 11	4882 Oberwang	06233/ 8308
Familie Mayr*	Reichholz 20	4852 Weyregg	07664/ 3122
Familie Obermaier*	Freundling 8	4904 Atzbach	0676/7244774
Familie Preuner*	Halt 2	4873 Frankenburg	07683/ 8663
Familie Rosner***	Katterlohen 4	4880 Berg	07667/ 80 49
Familie Spitzer*, **, ***	Traschwandt 1	4882 Oberwang	06233/ 8376
Familie Strobl*	Achenstraße 5	5310 Mondsee	06232/ 4223
Familie Wiener*	Hötzing 2	4870 Vöcklamarkt	07682/ 6596

Gutes Gelingen wünschen:



Hier gibt's Gemüse* und Kräuter:**

Familie Eder**	Hainbach 3	4692 Niederthalheim	07673/ 7179
Familie Friedl*, **	Engelsheim 10	4841 Ungenach	07672/ 8200
Familie Graf*	Imling 4	4692 Niederthalheim	07673/7446
Familie Grausgruber**	Hinterschützing 6	4691 Schlatt	07673/ 2910
Familie Neuhuber **	Philippenberg 3	4690 Schlatt,	07673/ 4246
Familie Niedermaier*, **	Schlatt 12	4691 Breitenschützing	07673/ 24 84
Familie Perner**	Schmidham 2	4841 Pilsbach	0664/9177222
Familie Spitzer*	Traschwandt 1	4882 Oberwang	06233/8376

Hier gibt's Schweinefleisch/-produkte:

Familie Hofmanning	Weigensam 9	4904 Atzbach	0664/ 73674373
Familie Niedermayr	Hainbach 5	4861 Aurach am Hongar	07662/ 8987
Familie Pillichshammer	Stein 2	4851 Gampern	07682/ 8020

Homepage der Direktvermarkter: www.gutesvombauernhof.at, www.genussland.at

Kostenlose Rezepthefte und Lebensmittelinfo: www.ama-marketing.at

Unsere Bauernmärkte im Bezirk:

Bauernmarkt MONDSEE	Marktplatz, Ende Mai bis Ende Oktober, jeden Samstag, 8:30 -12:00 Uhr
Bauernmarkt REGAU	Markthalle Regau, jeden Freitag, 16:00 - 19:00 Uhr
Bauernmarkt SCHWANENSTADT	Gmundner Straße, Sparkassenplatz, jeden Samstag, 8:30 - 12:00 Uhr

Gutes Gelingen wünschen:

