

## SCHWEINEBRATEN

mit Prinzessbohnen  
 und Stampfkartoffeln

Zutaten	Schweinebraten
700 g	geschmorten Schweinebraten
300 ml	Fleischbrühe
40 g	GELEAcold

Zutaten	Prinzessbohnen
700 g	TK Prinzessbohnen
50 g	geröstete Speckwürfel
250 ml	Gemüsebrühe
40 g	GELEAcold
	Bohnenkraut, Salz, Pfeffer

Zutaten	Stampfkartoffeln
500 g	gekochte Kartoffel (kalt) oder gefrorene Kartoffelwürfel
300 ml	kalte Milch
200 g	flüssige Butter
40 g	GELEAcold
	Muskat, Salz, Pfeffer

### Regeneration/Anrichten:

Die gefrorenen Komponenten auf einen Teller drapieren und abgedeckt bei 100°C Dampf ca. 12-15 Min. erhitzen. Mit einer passenden Soße (Braten o.a.) anrichten.

Nährwerttabelle für ein Tellergericht (ca. 175 g)

Brennwert/ Kalorien	1139 kJ/ 272 kcal
Fett	20,5 g
davon gesättigte Fettsäuren	3,9 g
Kohlenhydrate - davon Zucker	12 g 4,3 g
Ballaststoffe	4,5 g
Eiweiß	8,3 g
Salz	0,5 g

### Schweinebraten:

Schweinebraten mit der Brühe 5 Min. feinst pürieren. GELEAcold zugeben und 20 Sek. unterheben. Für eine schönere Optik die Silikonform vor dem Befüllen mit etwas Paprikapulver ausstreuen. Die Masse mit Hilfe eines Einweg-Spritzbeutels in die Silikonform „Bratenscheibe“ geben, mit dem Deckel gleichmäßig in der Form verteilen und einfrieren.

**Alternativ:** Die Bratenmasse in eine ausgelegte Kasten/Ziegel/oder Tunnelform füllen und einfrieren. Diese Methode eignet sich besonders gut, wenn größere Mengen benötigt werden. Die Regenerationszeit muss entsprechend verlängert werden.

### Prinzessbohnen:

Die Bohnen mit den Speckwürfeln und der Brühe 5 Min. feinst pürieren. GELEAcold zugeben und 20 Sek. unterheben. Die Masse mit Hilfe eines Einweg-Spritzbeutels in die Silikonform „Bohnen“ füllen und mit dem Deckel

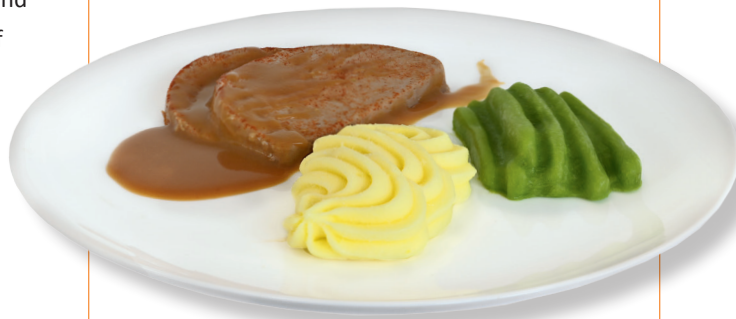
gleichmäßig in der Form verteilen und einfrieren. **Alternativ:** Die Masse in einen Spritzbeutel mit Stern oder Lochtülle füllen und dekorativ geformte Muster auf ein ausgelegtes GN Blech spritzen und einfrieren.

### Stampfkartoffeln:

Kartoffeln, Milch, Butter und Gewürze 5 Min. feinst pürieren. GELEAcold zugeben und 20 Sek. unterheben. Die Masse im Spritzbeutel dekorativ auf ein GN Blech aufspritzen und einfrieren. **Alternativ:** Die Masse mit einem Löffel zu Nocken formen, auf ein GN Blech setzen und einfrieren.

### Küchentipps:

Je feiner das Püree, desto besser das Ergebnis! Wir empfehlen den RobotCoupe Blixer und eine Pürierzeit von 5 Min. In der Mikrowelle abgedeckt max. 5 Min. bei mittlerer Hitze (400W) regenerieren. Testen Sie vorab das Erhitzungsverhalten!



## SCHWEINEBRATEN mit Prinzessbohnen und Stampfkartoffeln