Schweinebraten mit fruchtiger Walnussfüllung

Zubereitungszeit:
ca. 25 Minuten + 75 Minuten Garzeit

Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie:	304kcal/ 1772 kJ	Fett:	11,1 g
Eiweiß:	30 g	Davon gesättige Fettsäuren:	2 g
Kohlenhydrate:	20,5 g	ungesättige Fettsäuren:	9,1 g

Zutaten für 4 Portionen :

1 TL	Olivenöl
1	kleine Zwiebel, grob gehackt
1	Zehe Knoblauch, gehackt
1 Prise	frischer Thymian
1 Prise	frischer Salbei
2 EL	Hühner- oder Gemüsebrühe
1	Birne, geschält, entkernt und grob gehackt
1	Granny Smith Apfel, geschält, entkernt und grob gehackt
1 EL	getrocknete Cranberries
1	weiche getrocknete Aprikose, grob gehackt
40 g	gehackte Walnüsse
250 ml	Apfelsaft, in zwei Portionen
500 g	Schweinelendenbraten
1 TL	Salz
1/2 TL	frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

1. Den Ofen auf 200 Grad (Gas: Stufe 3, Umluft: 180 Grad) vorheizen.

2. Das Öl in einem großen Topf erhitzen. Dann Zwiebeln und Knoblauch hinzufügen und braten bis die Zwiebeln weich sind. Thymian, Salbei und die Brühe hinzufügen und einkochen lassen.

3. Zu dieser Mischung die geschnittene Birne und den geschnittenen Apfel hinzufügen. Die Hitze reduzieren und für 5 Minuten kochen. Cranberries, die Aprikose, Walnüsse und die Hälfte des Saftes hinzufügen.

4. Die Mischung erneut einkochen lassen bis Fruchtmischung dick wird. 1/3 der Mischung abnehmen und in eine Schüssel geben. Beide Teile der Fruchtmischung abkühlen lassen.

5. Eine große Bratform mit Gittereinsatz einölen. Den Braten horizontal einschneiden und aufklappen (den Braten nicht ganz bis unten durchschneiden). Den Braten innen mit Salz und Pfeffer würzen. Je nach Geschmack entweder ein Drittel oder zwei Drittel der Fruchtmischung in die Mitte geben und den Braten mit Küchengarn fest zusammenbinden.

6. Öl in einer hohen Bratpfanne erhitzen. Den Braten hineingeben und von allen Seiten scharf anbraten. Den Braten in den vorbereiteten Gittereinsatz legen und in die Bratform stellen. Im vorgeheizten Ofen 60 bis 75 Minuten garen, bis ein Bratenthermometer 65 Grad im Inneren des Bratens anzeigt.

7. Den Braten auf ein Brett legen, mit Alufolie bedecken und für mindestens 10 Minuten durchziehen lassen.

8. Den verbliebenen Saft in die Bratenform geben und die Krusten mit einem Schneebesen auflösen und zu der aufgehobenen Fruchtmischung geben.

9. Den Braten in Scheiben schneiden und mit der Walnuss-Frucht-Bratensoße servieren.