



Gebackenes Eisbein mit Dunkelbier-Zwiebel-Sauce

dazu Rosmarinkartoffeln

🕒 30 min Zubereitungszeit

🕒 180 min Kochzeit

🍴 1.306 kcal pro Portion

••• Leicht

🇩🇪 Deutsche Küche

🌐 International



Zutaten

2 Portionen

1 Eisbein vom Schwein

1 Pck Suppengrün

3 Zwiebeln

4 Knoblauchzehen

2 Lorbeerblätter

500 ml Gemüsefond

500 g Kartoffeln

1 Tl Paprikapulver, edelsüß

2 El Olivenöl

1 Bund Rosmarin

1 El Rohrohrzucker

250 ml Dunkelbier

1 El Saucenbinder, dunkel

Zubereitung

- 1 Eisbein gründlich abwaschen und trocken tupfen. Suppengrün abwaschen und grob in Stücke schneiden. 1 Zwiebel schälen und achteln. 2 Knoblauchzehen zerstoßen.
- 2 Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Gemüse, Lorbeerblätter und Eisbein in einem passenden Bräter platzieren. Kräftig mit Salz, Pfeffer würzen. Gemüsefond hinzugießen. Im Ofen ca. 3 Std. garen. Eisbein hin und wieder mit Gemüsefond aus dem Bräter übergießen. Sobald die Brühe verkocht ist, Wasser nachgießen.
- 3 Kartoffeln gründlich abwaschen und in mundgerechte Stücke schneiden. Auf einem Backblech mit Backpapier verteilen. Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Olivenöl drüber träufeln. Restliche Knoblauchzehen zerstoßen und hinzugeben. Rosmarin abwaschen, trocken schütteln und über den Kartoffeln verteilen. Im Ofen ca. 40 Min. backen. Hin und wieder wenden.
- 4 Eisbein aus dem Ofen holen. In Folie einwickeln und Ruhen lassen. Sud aus dem Bräter durch ein Sieb gießen. Restliche Zwiebeln in Ringe schneiden.

Salz, Pfeffer zum Würzen

- 5 In einer Pfanne etwas Öl erhitzen. Zwiebel leicht braun anbraten. Rohrohrzucker drüber geben und kurz karamellisieren. Mit Dunkelbier ablöschen. Sud aus dem Bräter hinzugeben. Aufkochen und leicht einkochen. Mit Saucenbinder andicken. Mit Salz, Pfeffer abschmecken.
- 6 Eisbein zusammen mit Rosmarinkartoffeln und Dunkelbiersauce auf Tellern anrichten.

Nährwerte

	pro 100g	pro Portion
Brennwert	570kJ /136kcal	5.471kJ /1.306kcal
Fett	7g	71g
davon gesättigte Fettsäuren	2g	24g
Kohlenhydrate	8g	75g
davon Zucker	2g	18g
Eiweiß	8g	79g
Salz	0g	3g