

Arbeitszeit	ca. 20 min
Koch-/Backzeit	ca. 2 h 30 min
Gesamtzeit	ca. 2 h 50 min
Schwierigkeitsgrad	leicht

Portionen für 2 Personen

Nährwertangaben pro Person:

1510 kcal | 150 g Eiweiß | 97 g Fett | 10 g KH |  
9 g Zucker | 1 g Ballaststoffe | 2148 mg Natrium

## Zutaten

2 St.	Schweinshaxe (1 ½ kg)
1 l	Wasser
2	Zwiebeln
5	Knoblauchzehen
1	Nelke
5	Lorbeerblätter
1 TL	Wacholderbeeren
½ TL	Kümmel
2 TL	Salz
	Pfeffer

## Koch ma's

1. Wasser in eine große Pfanne geben.
2. Zwiebeln und Knoblauch schälen und halbieren.
3. Zwiebeln, Knoblauch, Nelke, Lorbeerblätter, Wacholderbeeren, Kümmel, Salz und Pfeffer dem Wasser begeben.
4. Alles erhitzen, kurz aufkochen lassen.
5. Schweinshaxe ins Wasser geben. Darauf achten, dass sie komplett mit Wasser bedeckt ist (evtl. Wasser nachfüllen) und ca. 1 ½ Std. bei mittlerer Wärmezufuhr köcheln lassen.
6. Den Ofen auf 180 – 200 °C Umluft erhitzen.
7. Schweinshaxe aus dem Wasser nehmen, abtropfen lassen und für eine gute Stunde im Ofen knusprig braten.

Als Beilage schmecken Bandnudeln oder Bratkartoffeln.

*An Guadn!*

