



# WOLVE'S MEAL

## [Schweinekarree mit Wolf-Stempel]

### ZUTATEN FÜR 3 PORTIONEN

- 600 g Schweinekarree mit Knochen
- Salz und Pfeffer
- 10 Rosmarin, fein gehackt
- 10 g Thymian, fein gehackt
- 4 Zehe/n Knoblauch, gepresst
- 2 EL Olivenöl und etwas Butter

### ZUBEREITUNG

- Das Fleisch von allen Seiten kräftig mit Pfeffer, Salz, Knoblauch und Kräutern würzen. Eventuell muss man das Fleisch etwas in Form binden. Eine schwere Pfanne erhitzen. 2 EL Olivenöl hineingeben und heiß werden lassen. Das Fleisch von allen Seiten anbraten.
- Im vorgeheizten Backofen bei 220°C ca. 45 Min. bis zu einer Kerntemperatur von 56°C backen. Herausnehmen und 5 Min. ruhen lassen.