



Kochschinken

für gut 2 kg

ca. 2000 g Schweinefleisch (Bugspitze oder Unterschale)

3000 ml Wasser

300 g Nitritpökelsalz

60-75 g Rohrohrzucker

folgende Zutaten sind optional:

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

1 Lorbeerblatt

½ TL weiße Pfefferkörner

- Zwiebel pellen und vierteln
- Knoblauch anquetschen

Die optionalen Zutaten in dem Wasser ca. 10 Minuten kochen. Salz und Zucker zugeben. Rühren, bis das Salz ganz aufgelöst ist. Die Lake auf Zimmertemperatur abkühlen lassen.

Lake in das Fleisch injizieren. In engen Abständen einstechen, damit eine gute Verteilung der Lake erfolgt. Das Fleisch soll so um gut 20% an Gewicht zunehmen.

In einem geeigneten Gefäß das Fleisch mit der restlichen Lake bedecken und 3 Tage kühl stellen.

Nach 3 Tagen das Fleisch herausnehmen, trocknen, evtl. an einem kühlen Ort einen Tag abluften lassen, evtl. eine Stunde warm räuchern, dann vakuumieren und mit Paketband zu einem Quader schnüren.

Die kürzeste Seite dieses Quaders messen. Je 4 cm eine Stunde bei 78° garen. Abkühlen lassen, auspacken, abtrocknen, aufschneiden, genießen!