

Schweinemedallions in Grüner-Pfeffer-Sauce mit Käsetomaten



Zutaten für vier Personen:

400-500 g Schweinefilet
3 EL neutrales Öl
1 EL Mehl
1 TL Salz
frisch gemahlener Pfeffer
1 kleine Zwiebel
100 ml Geflügelbrühe
100 ml Sahne oder 2 EL
Crème fraîche
Salz, Pfeffer aus der Mühle
1-2 EL eingelegter Grüner
Pfeffer

1. Schweinefilet waschen, trocknen und sauber parieren. Längs halbieren und dann quer zur Faser in 6 mm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben eventuell zwischen Folie noch etwas plattieren.
2. Mehl, Salz, Pfeffer mischen und die Fleischstückchen darin wälzen. In ein Sieb geben, um das überschüssige Mehl abzuschütteln.
3. Fleischstückchen bei mittlerer Hitze portionsweise im Öl anbraten, dann herausnehmen und in Alufolie einschlagen.
4. Fein geschnittene Zwiebel im Öl glasig braten, mit

Geflügelbrühe ablöschen und mit Sahne oder Crème fraîche verfeinern. Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. 1-2 EL eingelegten grünen Pfeffer zugeben.

5. Fleisch wieder zugeben und in der Sauce noch etwas ziehen lassen.

Hinweise:

Man kann das Schweinefilet auch in dickere Medallions schneiden, nur anbraten und im Backofen fertig garen, sodass sie innen noch rosa sind.

Tomaten, mit Käse überbacken, siehe eigenes Rezept.

Am besten passen eigentlich noch Pommes frites dazu, wie auch in Wien im Lokal Chattanooga im August 2006.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 30 min, Hauptspeisen, Fleisch, Schwein, international

Rezept und Foto: Walter
Stand 12.01.2023