

Schweinemedallions in Sahnesauce "Schweinefilet-Pizln"



Zutaten für drei Personen:

300 g Schweinefilet
1/2 Zwiebel
1 1/2 EL neutrales Öl
Salz, Pfeffer aus der Mühle
50 ml Gemüsebrühe oder Hühnerbrühe
30 ml Sahne
Alternatives Rezept:
400 g Schweinemedallions, 2 cm dick geschnitten
1 1/2 EL Sonnenblumenöl
3 Frühlingszwiebeln
6 Champignons oder Egerlinge je 75 ml Brühe und Sahne
1/2 TL Senf
Salz, Pfeffer aus der Mühle

1. Schweinefilet waschen und trocknen, sauber parieren. Quer zur Faser in 1 cm dicke Scheiben schneiden.
2. Zwiebel abziehen und mittelfein würfeln.
3. Zwiebel in einer großen, beschichteten Pfanne andünsten, dann die Medallions einlegen und auf der einen Seite anbraten, salzen und pfeffern.
4. Medallions umdrehen und auf der anderen Seite anbraten, salzen und pfeffern.
5. Mit der Brühe und der Sahne aufgießen. Etwas köcheln lassen.
6. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Alternatives Rezept:

1. 3 Frühlingszwiebeln und die Pilze putzen und in Scheiben schneiden. Etwas von dem Grün aufheben.
2. Schweinemedallions in Sonnenblumenöl bei großer Hitze auf beiden Seiten anbraten. In Alufolie warm stellen.
3. Frühlingszwiebeln und Pilze kurz andünsten. 75 ml Gemüsebrühe, 75 ml Sahne, 1/2 TL Senf zugeben und kurz aufkochen lassen.
4. Schweinefilet wieder zugeben und maximal 5 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Hinweise:

Dazu gibt es Kartoffelbrei, Kartoffeln, gedämpftes Gemüse oder Nudeln sowie etwas gemischten Salat.
Der Ausdruck "Pizln" stammt aus dem Elternhaus von Walter, wo es dieses Gericht sehr häufig gab.
Bei dem alternativen Rezept kann man die Hälfte der Brühe durch Weißwein ersetzen. Dann die Sauce etwas länger köcheln lassen.

Schlagworte:

leicht, Zubereitung ca. 30 min, Hauptspeisen, Fleisch, Schwein, deutsch, bayerisch
Rezept: Kerstin nach Maya
Foto: Walter
Stand 09.01.2023