

Schweinefiletspitzen mit Sauce



Zutaten für zwei Personen:

200 g Schweinefiletspitzen
1 EL neutrales Öl
1 TL Puderzucker
1/2 Zwiebel
1 TL Tomatenmark
2 EL Cachaca (Zuckerrohrschnaps) oder Cognac
50 ml Weißwein
150 ml Hühnerbrühe
50 ml Sahne
1 Knoblauchzehe
1 Lorbeerblatt
1/2 TL Rosenpaprika scharf
Salz, Pfeffer aus der Mühle

1. Schweinefilet waschen, trocknen, sauber parieren und quer zur Faser in 5 mm breite Scheiben schneiden. Die Scheiben zwischen Folie aus Gefrierbeuteln plattieren.
2. Zwiebel schälen und fein würfeln. Knoblauch schälen und halbieren.
3. Das Fleisch in einem EL neutralem Öl in einer beschichteten Pfanne bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten anbraten, insgesamt ca. eine Minute. Anschließend in Alufolie ruhen lassen.
4. Puderzucker in der Pfanne karamellisieren lassen, Zwiebelwürfel und

Tomatenmark anschwitzen. Mit dem Cachaca und dem Weißwein ablöschen.

5. Den Alkohol etwas einkochen lassen und dann die Sauce mit der Hühnerbrühe und der Sahne aufgießen. Mit der Knoblauchzehe und dem Lorbeerblatt würzen, 1/2 TL Rosenpaprika einstreuen. Etwas einköcheln und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

6. Die Sauce durch ein Sieb passieren und das Fleisch in der wieder erhitzten, aber nicht kochenden Sauce etwas ziehen lassen.

Hinweise:

Diese Zubereitungsart eignet sich auch für anderes, geschnetzeltes Fleisch. Bei Rinderfilet würde man allerdings Rotwein statt Weißwein nehmen.

Wegen des Zuckers hat die Sauce eine gewisse Süße. Puderzucker also vorsichtig dosieren.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 35 min, Hauptspeisen, Fleisch, Schwein, deutsch

Rezept und Foto: Walter
Stand 13.01.2023