

Schweinefiletscheiben in Eihülle



Zutaten für 2-3 Personen:

150-250 g Schweinefilet

3 EL Mehl

2-3 TL Salz

Pfeffer aus der Mühle

1/2 TL Oregano

2 Eier

1 EL Mineralwasser

4 EL Butterschmalz

1. Schweinefilet sauber parieren und in 6-8 mm dicke Scheiben schneiden. Zwischen Folie aus Gefrierbeuteln dünn plattieren.

2. Mehl mit Salz, Pfeffer und Oregano in einem tiefen Teller mischen.

3. Eier mit einem Schuss Mineralwasser vermengen und in einem tiefen Teller bereitstellen.

4. Plattierte Scheiben zunächst in dem gewürzten Mehl wenden und dann durch das verklepperte Ei ziehen.

5. In einer Pfanne mit reichlich heißem Butter-

schmalz auf jeder Seite 30-60 Sekunden braten.

Hinweise:

Beilagenvorschlag sind zum Beispiel Selleriepüree und Zucchiniwürfel mit Champignonsauce.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 20 min, Hauptspeisen, Fleisch, Schwein, international

Foto und Rezept: Walter
Stand 24.02.2026