

Kräuterfrischkäse Filetpfanne aus dem Edelstahl-Antihaft Sauteuse

Zutaten:

1 kleine rote Zwiebel
300 g Kirschtomaten
1 rote Paprika
1 gelbe Paprika
1 kleine Zucchini
600 g Schweinefilet
100 g Frühstücksspeck
200 ml. Gemüsebrühe von z.B. makasol
200 g Kräuter Frischkäse
100 g Schlagsahne
Salz, Chilipulver
Paprikapulver, edelsüß
Bio Steak und Grillgewürz z.B. von makasol
etwas Rapsöl von makasol



Zubereitung:

Zwiebel schälen und fein würfeln.

Tomaten, Zucchini und Paprika waschen. Zucchini längs halbieren und in Scheiben schneiden. Paprika in Stücke schneiden. Fleisch mit Steakpfeffer würzen und mit Bacon umwickeln und in 8 Medaillons schneiden.

Öl in der Pfanne erhitzen. Medaillons darin scharf anbraten, herausnehmen. Zwiebel, Tomaten, Paprika und Zucchini im Bratfett ca. 2 Min. braten. Mit der Gemüsebrühe ablöschen und aufkochen. Frischkäse und Sahne einrühren und mit Salz, Chili und Paprika würzen.

Medaillons wieder in die Pfanne geben und abgedeckt ca. 5 Min. garen. Filetpfanne abschmecken und servieren.

Dazu passt frisches Brot oder Nudeln.

Verwendete Produkte: Edelstahl Antihaf-Sauteuse, Messbecher-Quartett, Mix'N Scraper Schaber, Gemüsefix-Mandoline

Sevi
bäckt und köchelt

Severine Schmid
Weidenstraße 8
74182 Obersulm

pampered|chef
SELBSTSTÄNDIGE DIREKTORIN