Medaillons mit Speck und Pflaumen

Fleisch-Gerichte » Schwein » Schweine-Filets » Medaillons

Zutaten (8-10 Personen)

» 10 Scheiben Frühstücksspeck
» 750g Schweinefilet
» Salz & Pfeffer
» 20 Backpflaumen

Bewertung

Beschaffung
manchmal im Discounter

Kosten
6-10€

Zubereitungszeit
31-60min

Zubereitung

1. Speckscheiben quer halbieren und ohne Fett knusprig ausbraten. Abtropfen, auskühlen lassen.

2. Schweinefilets abtupfen und in ca. 20 Medaillons schneiden. Im heißen Bratfett pro Seite 3min braten. Mit Salz und Pfeffer würzen und auskühlen lassen. Je eine Speckscheibe und getrocknete Pflaume auf die Medaillons stecken.

Nährwerte: 150kcal/E18g/F5g/KH7g pro Portion

angelegt am: 30.04.2005 Rezept-Nr: 1873

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke