

Feines Ragout mit Äpfeln

Fleisch-Gerichte » Schwein » Schweine-Filets

Zutaten (4-6 Personen)

- » 1kg Schweinefilet
- » Salz & Pfeffer
- » 1EL Öl
- » 300ml Cidre (lieblich)
- » 3 Nelken
- » 250g Spätzle
- » 2 Lauchzwiebel(n)
- » 3 Apfel/Äpfel
- » 125g Schlagsahne
- » 2TL Stärke
- » 1EL Butter/Margarine
- » Mehl
- » Petersilie

Bewertung



Beschaffung

guten Supermarkt



Kosten

11-15€



Zubereitungszeit

31-60min

Rezept-Foto



Zubereitung

1. Filet in grobe Würfel schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit Mehl bestäuben. Öl erhitzen, Fleisch darin portionsweise anbraten. 250ml Wein und Nelken zugeben, ca. 15min schmoren lassen.

2. Spätzle in kochendem Salzwasser ca. 15min garen. Lauchzwiebeln in Ringe schneiden. Äpfel entkernen und in feine Spalten schneiden. Mit Lauchzwiebeln zum Fleisch geben. Bei mittlerer Hitze ca. 5min weiterschmoren.

3. Sahne und Stärke glatt rühren. Ragout damit binden. Mit restlichem Wein, Salz und Pfeffer würzig abschmecken. Spätzle abgießen und im heißen Fett kurz schwenken. Ragout mit Spätzle auf Tellern anrichten und mit Petersilie garnieren.

Nährwerte: 600kcal/E60g/F23g/KH29g pro Portion

angelegt am: 13.09.2002

Rezept-Nr: 133

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