Schweinefilet mit Pfirsichen und Pflaumen

Fleisch-Gerichte » Schwein » Schweine-Filets

Zutaten (4 Personen)

» 450g Schweinefilet
» Salz & Pfeffer
» 4 rote Pflaume(n)
» 4 Pfirsich(e)
» 1 Zwiebel(n)
» 1 EL Butter/Margarine
» 1 EL Pfirsich-Konfitüre
» 2 EL Sherry fino
» Salbeiblatt (-blätter)

Bewertung

Beschaffung
guten Supermarkt

Kosten
11-15€

Schwierigkeitsgrad
Fortgeschrittene

Warte-Zeit
31-60min

Zubereitungszeit
31-60min

Zubereitung

Vorbereitung

- Ofengrill vorheizen
- Fleisch waschen, trockentupfen
- Fleisch salzen, pfeffern
- Obst waschen, halbieren, entsteinen
- Obst in Spalten schneiden
- Zwiebel schälen, in Spalten schneiden

Fertigstellung

- Fleisch rundum im Ofen goldbraun grillen
- anschließend in Alufolie wickeln
- im Ofen bei150°C ca.40min weitergaren
- Zwiebeln und Obst in Butter andünsten
- Obst salzen, pfeffern
- Konfitüre mit Sherry mischen
- Konfitüre erhitzen
- Fleisch mit der Konfitüre bestreichen, pfeffern
- Fleisch mit Obst auf einer Platte anrichten
- mit Salbei garnieren
- dazu eventuell grüne Bohnen reichen

Nährwerte: 245kcal/E26g/F6g/KH18g pro Portion

angelegt am: 09.11.2008 Rezept-Nr: 2307

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