

Ananas-Filet-Spießchen

Grill-Gerichte » Schwein

Zutaten (6 Personen)

- » 600g Schweinefilet
- » 1 gr. Dose Ananas
- » 1 EL Öl
- » Salz & Pfeffer
- » 200g Raclette-Käse

Bewertung



Beschaffung

manchmal im Discounter



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

bis 30min

Zubereitung

1. Filet abtupfen und in kleine Würfel schneiden. Ananas abtropfen lassen. Die Hälfte ebenfalls in kleine Stücke schneiden (übrige Ananas extra zum Raclette reichen).

2. Holzspieße halbieren. Filetwürfel und Ananasstücke abwechselnd dicht darauf stecken. In einer Pfanne im heißen Öl vorbraten oder auf dem Raclette unter Wenden braten. Mit Salz und Pfeffer würzen und im Pfännchen mit Käse überbacken.

Nährwerte: 260kcal/E31g/F12g/KH5g pro Portion

angelegt am: 28.04.2004

Rezept-Nr: 1059

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