Schweineragout mit Spargelmix

Spargel-Gerichte » Spargel & Schwein

Zutaten (4 Personen)

- » 600g Schweinefilet
- » 100g kl. Zwiebel(n)
- » 100g Cocktailtomaten
- » 200g Spargel (weiß)
- » 150g Möhre(n)
- » 150g Erbsen
- » Salz & Pfeffer
- » 3 EL Butterschmalz
- » 1 EL Zucker
- » 3 EL Weißwein-Essig
- » 200g Crème fraîche
- » Muskat
- » Paprika-Pulver (edelsüß)
- » Kerbel

Bewertung

Beschaffung
manchmal im Discounter

Kosten
11-15€

Zubereitungszeit
31-60min

Zubereitung

1. Gemüse putzen, in Stücke schneiden, in kochendem Salzwasser bissfest kochen, abgießen.

2. Butterschmalz in der Pfanne erhitzen, geviertelte Zwiebeln und Schweinefilet in mundgerechten Stücken darin bei größter Hitze 2-3min scharf anbraten. Halbierte Cocktailtomaten und Zucker zugeben, mit Essig ablöschen und einkochen lassen.

3. Gemüse und Crème fraîche zugeben, zum Kochen bringen, mit Salz, Pfeffer, Muskat und Paprikapulver abschmecken. Das Ragout mit Hefe-Blinis oder mit kleinen Kartoffelpuffern servieren. Mit Kerbel garnieren.

Nährwerte: 738kcal pro Portion

angelegt am: 07.03.2007 Rezept-Nr: 2249

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