

Schweinegeschnetzeltes mit Ananas und Currysahne



Zutaten für zwei Personen:

200 g Schweinefilet

Salz, Pfeffer aus der Mühle

Mehl zum Bestäuben

1-2 EL Olivenöl

2 Frühlingszwiebeln

2 dünnere Scheiben frische Ananas

30 ml Weißwein

150 ml Sahne

1/2 - 1 TL Currypulver

1/2 Eierlöffel Gemüsebrühpulver

1. Schweinefilet sauber parieren und mit einem scharfen Fleischmesser in dünne Scheibchen schneiden. Leicht salzen, pfeffern und mit Mehl bestäuben.

2. Die Scheibchen portionsweise in einer beschichteten Pfanne mit wenig Olivenöl bei höherer Hitze kurz braten, dann in Alufolie ruhen lassen.

3. Die Frühlingszwiebeln putzen, längs teilen und in Halbringe schneiden. Die Ananasscheiben in kleine Stückchen teilen. Beides im verbliebenen Bratfett anschwitzen. Mit dem Weißwein ablöschen. Die Sahne mit dem

Gemüsebrühpulver und dem Curry würzen und zugießen, die Sauce etwas einköcheln und das Fleisch wieder zugeben.

Hinweise:

Dazu passen gut Kartoffelplätzchen, die man aus übrig gebliebenem Kartoffelpüree formt und in Butterschmalz ausbrät.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 25 min, Hauptspeisen, Fleisch, Schwein, international

Rezept und Foto: Walter Stand 16.01.2024