Riz Casimir mit Schweinsfiletstreifen

Meine Wahl.

Gesamtzeit: 30 min

Aktivzeit: 30 min

Einfach



Zutaten

für 4 Personen

700 g	Filet vom Schweizer Schwein
4 EL	Zucker
120 g	Mandelsplitter
80 g	Butter
2	Schalotten
3	säuerliche Äpfel
2	Birnen
1 TL	mildes Currypulver
4 dl	Rahm
	Salz

Nährwerte

1 Portion (ohne Reis) enthält ca.:

1060	kcal
49 g	Eiweiss
33 g	Kohlenhydrate
80 g	Fett

Glutenfrei

enthält Laktose

Zubereitung

1. Zucker in einer Pfanne hellbraun karamellisieren lassen. Pfanne vom Feuer nehmen, Mandelsplitter zugeben und goldgelb rösten. Einen Viertel der Butter zugeben und unter Rühren schmelzen lassen. Auf Backpapier auskühlen lassen.

2. Schalotten schälen und fein würfeln. Früchte würfeln.

3. Schweinsfilet in feine Streifen schneiden und in der restlichen Butter 2–3 Minuten anbraten. Dann das Fleisch aus der Pfanne nehmen und warm halten.

4. Schalottenwürfelchen im Fett in der Pfanne glasig dünsten. Früchte zugeben und kurz andünsten. Curry unterrühren, Rahm zugeben und 3–4 Minuten lang cremig einkochen.

5 Schweinsfilet mit dem entstandenen Fleischsaft zugeben, kurz erhitzen und salzen. Mit Mandeln bestreut servieren.

Dazu passt Reis.