Home-made Döner mit Rotkabis und Bier-Zwiebeln

Schweizer Fleisch
Der feine Unterschied.

Gesamtzeit: 55 min
Aktivzeit: 55 min
Marinieren: 3 h
Mittel

Zutaten

für 4 Personen

600 g	Nierstück vom Schweizer Schwein, am Stück
3 EL	Olivenöl
1 TL	getrockneter Rosmarin
1 TL	getrockneter Majoran
	Cayennepfeffer
	Paprikapulver
400 g	Rotkabis
	Salz
3 EL	Weissweinessig
3 TL	flüssiger Honig
	Pfeffer aus der Mühle
4 EL	Rapsöl
2	Zwiebeln
30 g	Butter
	gemahlener Kreuzkümmel
2 dl	dunkles Bier
1	kleiner grüner Salat
1 EL	Bratbutter
2	Fladenbrote

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

660	kcal
41 g	Eiweiss
38 g	Kohlenhydrate
36 g	Fett

enthält Gluten
Laktosefrei

Mit Schweinen gegen Food Waste.

Schweine sind wichtige Verwerter von Nebenprodukten aus der Lebensmittelverarbeitung. Sie leisten damit einen Beitrag gegen Food Waste.

Zubereitung

1 Nierstück längs dritteln. Olivenöl mit Rosmarin, Majoran, Cayennepfeffer und Paprikapulver mischen und das Fleisch damit rundherum bestreichen. Zugedeckt mindestens 3 Stunden marinieren.

2

Rotkabis fein hobeln, mit Salz mischen und von Hand 10 Minuten kräftig kneten. Essig mit Honig, Salz, Pfeffer und Rapsöl verrühren, über den Rotkabis geben und gut mischen. Zugedeckt ziehen lassen.

3 Zwiebeln schälen und in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebelscheiben darin glasig dünsten. Mit Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel würzen, mit Bier ablöschen und bei milder Hitze ca. 20 Minuten dünsten. Salatblätter verlesen und klein zupfen.

4 Eine Bratpfanne mit Bratbutter auf höchster Stufe erhitzen und die Nierstücke darin rundherum während 4–5 Minuten kräftig anbraten. Auf mittlere Hitze reduzieren und weitere 5–6 Minuten braten, dabei mehrmals wenden. Fleisch aus der Pfanne nehmen und etwas abkühlen lassen. Pfanne mit dem Bratensatz beiseitestellen.

5 Fleisch mit einem scharfen Messer in dünne Scheiben schneiden, diese nochmals in die Pfanne geben und mit dem Bratensatz verrühren.

6 Fladenbrote halbieren, im Toaster kurz erwärmen und mit allen Zutaten nach Belieben füllen.