Schweinsragout mit Peperoni an Rahmsauce

Schweizer Fleisch
Meine Wahl.

Gesamtzeit: 1 h 45 min

Aktivzeit: 25 min

Einfach



Zutaten

für 4 Personen

800 g	Ragout vom Schweizer Schwein
2	Zwiebeln
2	Knoblauchzehen
2 EL	Mehl
3 EL	Bratbutter
5	Nelken
3	Lorbeerblätter
3.5 dl	Bouillon
1	Peperoni
1.5 dl	Rahm
	Salz
	Peffer aus der Mühle

Nährwerte

1 Portion (ohne Kartoffelstock und Chicoréesalat) enthält ca.:

610	kcal
51 g	Eiweiss
8 g	Kohlenhydrate
39 g	Fett

enthält Gluten

enthält Laktose

Tipp

Das Fleisch wird im Mehl gewendet, weil sich so später die Sauce besser bindet.

Zubereitung

1. Fleisch ca. 1 Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen.
2. Zwiebeln und Knoblauch schälen. Zwiebeln halbieren und in Streifen schneiden.
3. Schweinsragout im Mehl wenden. Bratbutter in einem Bräter bei starker Hitze schmelzen. Ragout in der heissen Butter portionsweise von allen Seiten anbraten.
4. Zwiebeln, Knoblauch, Nelken und Lorbeerblätter zugeben und glasig dünsten. Bouillon dazugiessen und geschlossen bei milder Hitze ca. 70 Minuten garen. Gelegentlich umrühren.

5 In der Zwischenzeit Peperoni putzen und in feine Streifen schneiden.

6 Peperoni und Rahm zum Fleisch geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und bei milder Hitze nochmals 10 Minuten leicht kochen lassen. Knoblauch entfernen und sofort servieren.

Dazu passen Kartoffelstock und Chicoréesalat.