

Schweinsragout mit Peperoni an Rahmsauce



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.



Meine Wahl.

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.

Erhalte Rezepte, Tipps und spannende Geschichten rund um Schweizer Fleisch auf schweizerfleisch.ch.