

Vorgeschlagen von: am Mi 04 Mär 2009 19:28:47 CET

Beschreibung

Zutaten

1 Schweinelende, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 1 Sellerieknolle, 1 Fenchelknolle, Salz, Pfeffer, Majoran, 0,5 l helles Bier, Creme fraiche

Zubereitung

Schweinelende in dünne Streifen schneiden und in 0,25 l Bier, Pfeffer, Salz und Majoran marinieren. Zwiebel und Knoblauch gehackt in der Pfanne anbraten, Filetstreifen dazugeben und gut braun werden lassen. Mit Bier und Marinade ablöschen. Gemüse in Scheiben geschnitten hinzufügen und ca. 20 Minuten garen lassen. Mit Majoran und Creme fraiche abschmecken. Dazu Butterkartoffeln und grüner Salat.

Anmerkungen

Zubereitungsdauer	5 Min	Schwierigkeit	ganz einfach
Portionen	eine Portion	Sonstige Menge	
Land/Region		Kosten	
Vegetarisch	0	Laktose frei	0
Diabetisch	0	Gluten frei	0
Kilo-Kalorien		Kilojoule	
Fettgehalt		Broteinheiten	
Eiweiß		Kohlehydrate	